

**HAUTE ECOLE SANTE-SOCIAL DU VALAIS**

RUE DE GRAVELONE 5  
1950 SION

**TRAVAIL DE DIPLÔME**

**« LES EFFETS DU CHEVAL SUR L'ÊTRE  
HUMAIN EN DIFFICULTE »**

Élaboré par Nathalie Ducommun

Janvier 2008

Rue de Chaillet 1  
2013 Colombier  
032 841 50 28

# **TRAVAIL DE DIPLÔME**

## **« LES EFFETS DU CHEVAL SUR L'ÊTRE HUMAIN EN DIFFICULTE »**

### **RESUME**

Mon travail de recherche se base sur des lectures et essentiellement sur des entretiens et expériences que j'ai pu partager avec des personnes que j'ai rencontrées ici et ailleurs.

En effet, ce travail montre différentes statistiques sur les lieux institutionnels du canton de Neuchâtel utilisant la thérapie équestre, travail qui a également pu être enrichi par mon expérience aux Etats-Unis dans le plus grand centre équestre de l'Outre-Atlantique.

L'animal étant peu considéré dans le monde thérapeutique et d'aide aux personnes souffrantes, j'ai voulu montrer à travers ce présent travail, quelles étaient concrètement les bénéfices du cheval en thérapie.

En effet, mon travail met en évidence les compétences acquises suite à une thérapie avec le cheval, qu'elles soient psychologiques, physiques et/ou relationnelles chez des personnes abordant différents troubles/difficultés et de différents âges.

Je tiens à préciser que je ne connaissais que très peu le cheval avant ce travail de recherche et j'espère que vous aurez autant de plaisir que moi à le découvrir dans cette approche particulière avec l'être humain.

## **Table des matières**

<b>1. Introduction.....</b>	<b>4</b>
<b>2. Présentation de la recherche.....</b>	<b>5</b>
2.1. Objectifs et hypothèses.....	5
2.2. Méthodes de recueil des données.....	6
<b>3. Concepts.....</b>	<b>7</b>
<b>3.1. L'animal et l'être humain.....</b>	<b>7</b>
3.1.1. Histoire et relation.....	7-8
3.1.2. Relation enfant-animal.....	8-10
<b>3.2. La zoothérapie.....</b>	<b>10</b>
3.2.1. Qu'est-ce que c'est ?.....	10-11
3.2.2. L'animal thérapeute.....	11-12
<b>3.3. Le cheval et la thérapie.....</b>	<b>13</b>
3.3.1 La thérapie équestre.....	13-22
<b>4. Présentation de la recherche sur le terrain.....</b>	<b>23</b>
<b>4.1. Analyse du questionnaire I.....</b>	<b>23</b>
4.1.1. Institutions pratiquant la thérapie équestre.....	23
- Type de population accueillie.....	23-24
- Groupes d'âges.....	24
- Durée de la thérapie dans l'institution et fréquence ; d'éventuelles autres thérapies avec un animal ; d'éventuels animaux présents dans l'institution.....	24-25
<b>4.2. Analyse des entretiens.....</b>	<b>25-39</b>
<b>4.3. Conclusion de l'analyse.....</b>	<b>40-42</b>
<b>5. Conclusion générale.....</b>	<b>43-45</b>
<b>6. Bibliographie et sources Internet.....</b>	<b>46-47</b>

## **1. INTRODUCTION**

L'homme et l'animal vivent ensemble sur la même terre sans réellement se connaître. L'animal a longtemps été représenté par l'homme comme étant un être maléfique, puis plus tard comme étant simplement de la nourriture. Aujourd'hui, l'animal est entré dans nos mœurs et représente pour beaucoup de personnes un compagnon.

Suite aux grands changements de l'urbanisation du 20<sup>ème</sup> siècle<sup>1</sup>, l'homme se réfugie dans sa relation avec l'animal. Je m'intéresse à ce lien spécial que l'être humain recherche auprès de l'animal et qui est encore mal connu. Cependant, certaines personnes – dont le psychologue Boris Levinson est le précurseur à la fin des années 50 - ont su reconnaître l'importance des animaux dans la vie des hommes, et spécialement dans les moments de vie difficiles. Ainsi la zoothérapie est née.

Depuis mon plus jeune âge, j'ai toujours été intimement convaincue de l'apaisement que pouvait apporter un animal à l'être humain de part son non jugement et par une connexion parfois inexplicable. J'ai très tôt eu le contact avec l'animal et j'ai moi-même trouvé en mon propre chat du réconfort et de la tendresse. Il était nécessaire pour moi de pouvoir vérifier la pertinence des différentes thérapies existantes mettant en relation l'être humain et l'animal. Etant moi-même intimement convaincue par la capacité de l'animal à soulager l'être humain, j'étais particulièrement intéressée à découvrir et apprendre une méthode de thérapie les concernant. Cependant, d'après mes observations professionnelles et personnelles, j'ai pu constater avec regret que l'animal était peu souvent présent dans les différentes thérapies auxquelles les bénéficiaires ont droit. La thérapie avec le cheval est la plus pratiquée et c'est la raison pour laquelle, elle va faire l'outil de mon étude sur le terrain.

---

<sup>1</sup> Belin, B. *Animaux au secours du handicap*. Editions l'Harmattan. Paris, 2000

La thérapie avec le cheval est une méthode reconnue et semble-t-il a un réel impact, bien qu'elle ne soit une science exacte. **Physiquement**, elle favoriserait les muscles, le sens de l'équilibre et la coordination des mouvements. Nombre d'handicapés arriveraient à réaliser en selle des mouvements dont ils étaient incapables en kinésithérapie. **Psychologiquement**, monter à cheval éveillerait les fonctions de la communication et du comportement. Le contact étroit avec un être vivant créerait une chaleur rassurante et révélerait l'être humain.

Ce travail va répondre à mes différents questionnements par l'hypothèse.

## **2. PRESENTATION DE LA RECHERCHE**

### **2.1 OBJECTIFS ET HYPOTHESE**

J'ai posé mes objectifs à partir de la question de départ. Ils ont été définis par mes questionnements concernant ce qu'était la thérapie équestre qui était une nouveauté pour moi, ainsi que son efficacité.

#### **OBJECTIFS :**

1. Identifier les bienfaits de l'animal dans le développement de l'enfant.
2. Définir la thérapie équestre et son processus.
3. Prendre connaissance des institutions dans le canton de Neuchâtel qui travaillent avec les centres équestres et repérer leur intérêt à utiliser cette méthode.
4. Identifier l'évolution du client et déterminer si elle est acquise sur long terme.

L'hypothèse principale qui en ressort est la suivante :

1. **La thérapie équestre est une thérapie permettant le développement des compétences physiques, psychologiques et relationnelles.**

J'ai ensuite effectué les deux questionnaires afin d'obtenir un maximum de réponses permettant de répondre à cette hypothèse et à mes objectifs.

## **2.2 METHODES DE RECUEIL DES DONNEES**

Afin d'introduire ma recherche aux différentes institutions du canton de Neuchâtel, j'ai tout d'abord envoyé le premier questionnaire<sup>2</sup> me permettant de faire un premier sondage déterminant lesquelles d'entre elles utilisent la thérapie avec le cheval.

Sur les 35 questionnaires envoyés, 21 m'ont été retournés, dont 11 réponses négatives à la pratique de la thérapie équestre. Seules 7 répondent aux critères que je me suis fixé, c'est-à-dire utilisant la thérapie équestre de manière continue et ponctuelle.

J'ai reçu encore trois questionnaires réponses qui me semblaient intéressantes mais n'entraient finalement pas dans mes démarches de recherches ; deux institutions font de la découverte avec le cheval à l'occasion de camps ou d'activités de manière irrégulière. Puis la dernière institution fait de l'hippothérapie qui est une activité uniquement destinée aux physiothérapeutes.

J'ai donc ensuite pris contact avec les 7 institutions pratiquant la thérapie équestre et j'ai obtenu 6 entretiens avec des professionnels avec le second questionnaire<sup>3</sup>.

---

<sup>2</sup> Annexe

<sup>3</sup> Annexe

J'ai interrogé cinq thérapeutes équestres dont quatre travaillent également comme éducatrices dans l'institution et un éducateur spécialisé.

Cinq des professionnels interrogés ont accepté d'être enregistrés.

### **3. CONCEPTS**

#### **3.1 L'ANIMAL ET L'ÊTRE HUMAIN**

##### **3.1.1 Histoire et relation**

L'homme primitif devait survivre en chassant les animaux sauvages pour se nourrir et se vêtir.<sup>4</sup>

A l'époque néolithique, l'homme devient agriculteur, pasteur, éleveur et une grande partie des animaux aujourd'hui domestiqués, l'ont également été à cette période (cheval, chien, mouton, chèvre, cochon, âne). Cependant, les changements suite à cette époque, éloignent l'homme de la nature (migration, apparition de villages) et laissent place aux croyances et religions qui mystifient l'animal de manière négative.

A la Renaissance, Léonard de Vinci (1452-1519) et Montaigne (1532-1592) se placent du côté du respect envers l'animal. Puis Descartes (1596-1650) prouve au peuple que l'animal n'est pas une machine.

Le changement des rapports de l'être humain avec les animaux devient radical à la fin du 19<sup>ème</sup> siècle suite à l'industrie moderne et avec ses conséquences : l'urbanisation au 20<sup>ème</sup> siècle.

---

<sup>4</sup> Belin, B. *Animaux au secours du handicap*. Editions l'Harmattan. Paris, 2000, p.15

L'animal apparaît comme un compagnon qui apporte affection et protection. Il devient également un médiateur de contacts humains et est utilisé dans diverses thérapies.

La première expérience connue de thérapie par l'animal est datée en 1792, en Angleterre par William Tuke. Il instaure dans son centre le contact avec la nature ainsi que la responsabilité d'un petit animal par ses patients afin qu'ils prennent confiance en eux. En 1867, l'Institut Bethel en Allemagne, accueillant des personnes épileptiques, a aussi été pionnier dans le domaine. Il possède encore aujourd'hui des oiseaux, des chiens, des chats et des chevaux pour le besoin des thérapies.

La première utilisation du cheval pour la rééducation date de 1901 en Angleterre. Les soldats blessés de la Première Guerre Mondiale ont eu droit à cette nouvelle thérapie.

La Déclaration universelle des droits de l'animal a été proclamée solennellement à Paris le 15 octobre 1978 à la Maison de l'UNESCO. En 1989 le texte a été révisé par la Ligue internationale des droits de l'animal et a été rendu publique en l'année 1990.

### **3.1.2 Relation enfant-animal**

L'animal apparaît très tôt dans la vie de l'enfant. La peluche qui sert d'objet transitionnel entre lui et sa mère, lui permettant de vaincre l'anxiété de séparation est son premier contact avec l'image de l'animal. Ce dernier est omniprésent dans la vie de l'enfant : dans les premiers livres, les contes puis dans le monde imaginaire et les rêves. L'enfant construit une identité et une sécurité autour de l'animal qui contribue grandement à son développement.

L'animal de compagnie n'est plus qu'une simple image pour l'enfant mais un être vivant et il devient un objet de curiosité qui le détourne de sa relation



fusionnelle avec ses parents. Selon Vallotton<sup>5</sup>, le bébé s'identifie à l'animal qui devient un autre lui-même. Grâce à l'animal, l'enfant observe et se voit à travers lui. Petit à petit, il sait qu'il possède lui aussi des membres, un corps. Les notions se développent et prennent un sens à travers les actions de l'animal et ses propres actions (manger, être couché sur le fauteuil). L'animal enrichit les sensations du bébé : chaleur, odeur, mobilité. A partir de 2 ans, l'enfant est dans une crise d'identité. Il doit assimiler sa place au sein de sa famille, sa relation avec sa mère, la place de son père. Dans ces moments difficiles à vivre, le pouce à la bouche, la peluche serrée contre soi, ou un moment privilégié avec l'animal de compagnie permet de se consoler et d'évoluer. L'enfant différencie et observe les comportements de son animal et les compare aux siens. C'est comme si l'enfant se disait : « Mon animal pense comme moi, il a les mêmes désirs, les mêmes peines, les mêmes joies. Je le comprends et il me comprend. »<sup>6</sup> L'enfant apprécie de retrouver chez l'animal un amour inconditionnel. Il se sent écouté, compris et en sécurité, ce qui favorise l'expression de ses sentiments.

De 6 à 12 ans, l'enfant rêve d'avoir un animal à soi. C'est d'ailleurs souvent à cet âge que l'enfant supplie ses parents pour obtenir un chien ou un chat. L'enfant s'imagine « dresser » son animal domestique et ainsi se sentir grand et utile. En s'occupant de son animal, il développe son sens des responsabilités et se sent valorisé. Partager ce que l'on sait faire avec ses camarades d'école est très important. Pour ceux qui ne posséderont pas un chat ou un chien, on les verra s'occuper pendant des heures d'un escargot, d'une fourmi, une sauterelle ou d'un oiseau malade.

Selon l'Américain Boris Levinson<sup>7</sup>, psychologue pour enfant, le moi corporel de l'enfant ne fait qu'un avec le corps de l'animal. La conscience du corps de ce dernier lui permet d'avoir conscience de lui-même et ainsi intégrer son schéma corporel. La connaissance de son propre corps est très importante car

---

<sup>5</sup> Vallotton, Mion. *L'enfant et l'animal dans l'éducation*. Editions Casterman, 1977, p.27

<sup>6</sup> Vallotton, Mion. *L'enfant et l'animal dans l'éducation*. Editions Casterman, 1977, p. 29

<sup>7</sup> Vallotton, Mion. *L'enfant et l'animal dans l'éducation*. Editions Casterman, 1977, p. 35

elle permet par des gestes à établir la communication avec son animal et plus tard avec les êtres humains.

L'Institut de recherches interdisciplinaires sur la relation entre l'homme et l'animal de Zurich (IEMT) affirme, suite à une enquête auprès d'enfants de 7 à 13 ans, que « *La relation avec un animal permet à l'enfant de renforcer le sentiment de sa propre valeur. Son développement cognitif s'en trouve favorisé, notamment la communication sociale et la capacité à maîtriser le langage non verbal. L'enfant apprend à respecter les besoins des autres êtres humains.* »<sup>8</sup>

## **3.2. LA ZOOTHERAPIE**

### **3.2.1 Qu'est-ce que c'est ?**

La zoothérapie est une méthode thérapeutique ou récréative mettant en interaction des animaux, qui permet aux êtres humains de se sentir mieux. Des études ont prouvé l'efficacité de l'animal à nous aider à lutter contre le stress et l'angoisse. Le simple fait de caresser un animal diminue le rythme cardiaque<sup>9</sup>. En effet, le contact avec un animal peut améliorer la santé mentale et physique, parfois de façon spectaculaire.

Les buts thérapeutiques sont vastes et les personnes bénéficiaires sont illimitées. En effet, la zoothérapie peut se « pratiquer » à la maison par la simple présence de son animal domestique ou dans un centre spécialisé avec le suivi d'un thérapeute qualifié.

Il existe des organisations mettant en place des visites d'animaux (chien, chat, lapin, hamster,...sélectionnés et entraînés) accompagnés d'éducateurs dans divers lieux : les homes pour personnes âgées, pour les personnes atteintes de la

---

<sup>8</sup> De Palma, Maryse. *Entre l'humain et l'animal : de la zoothérapie à la télépathie*. Editions Quebecor, Québec, 2004, p.24

<sup>9</sup> Belin, B. *Animaux au secours du handicap*. Editions l'Harmattan. Paris, 2000, 20

maladie d'Alzheimer, dans les prisons, dans les institutions pour enfants et adolescents aux troubles du comportement ou encore dans les hôpitaux.

Des institutions accueillant des enfants, adolescents et/ou adultes handicapés pratiquent la thérapie équestre et certains jeunes en rupture sociale et familiale, notamment en France<sup>10</sup>, travaillent dans des fermes en compagnie d'animaux de ferme. Et, en Floride, les dauphins apprennent aux enfants autistes ou handicapés mentaux à communiquer.

La zoothérapie vise à maintenir ou à améliorer le potentiel cognitif, physique, psychosocial ou affectif du client.

### 3.2.2 L'animal thérapeute

Chaque animal a la faculté d'aider à travers la zoothérapie, avec chacune ses compétences. Voici les animaux le plus couramment utilisés dans la zoothérapie<sup>11</sup> :

**Le chien** excelle dans de nombreux domaines thérapeutiques (chien-guide pour personne aveugle, chien d'assistance pour personne sourde et pour handicapé moteur, chien de sauvetage, etc.). En effet, le chien a une grande capacité à ressentir les émotions, une grande habilité relationnelle et une grande capacité d'adaptation qui le rend idéal pour remplir un rôle thérapeutique auprès de diverses clientèles.

Il est bien connu, **le chat** est indépendant. Par conséquent, il est moins utilisé en zoothérapie mais ses effets ne sont pourtant pas moins bénéfiques. Sa qualité première est son ronronnement qui calme. Son regard calme et pénétrant contribue à apaiser certaines personnes angoissée et en détresse. Le

---

<sup>10</sup> Gilbert, G. *Jusqu'au bout !* Editions Stock. France, 1993, p.35

<sup>11</sup> De Palma, Maryse. *Entre l'humain et l'animal : de la zoothérapie à la télépathie*. Editions Quebecor, Québec, 2004, p.24

chat ressent fortement les émotions et ne les fuit pas. Au contraire, il a tendance à rester avec la personne souffrante et à absorber les énergies négatives.

**Le perroquet** est un animal très sociable qui s'adapte parfaitement aux autres espèces. Parallèlement, il s'adapte également à l'être humain. Rappelons qu'il est capable de reproduire des sons les plus proches possibles du langage humain. Sa spontanéité et son authenticité éveillent la curiosité et permettent de baisser la tension. Il est doué pour permettre les interactions entre individus.

**Le dauphin** est utilisé en delphinothérapie. De nombreuses personnes sont contre cette méthode de thérapie. Selon elles, le dauphin est une espèce sauvage qui n'a pas sa place en captivité. Selon d'autres, le dauphin est un animal cherchant le contact avec l'homme, doté d'une gentillesse et d'une douceur hors du commun et qui a réellement un don pour soigner l'être humain.

Certains scientifiques exposent la théorie que les ultrasons émis par les dauphins (d'origines pour se déplacer et communiquer dans la mer) leur permettent de repérer les parties malades du corps pour ensuite les soigner.<sup>12</sup>

**Le cheval** est utilisé soit pour l'hippothérapie ou pour la thérapie avec le cheval qui fait l'objet de mon travail d'études.

---

<sup>12</sup> [www.healingtherapies.info/Dolphin.htm](http://www.healingtherapies.info/Dolphin.htm)

### **3.3. LE CHEVAL ET LA THERAPIE**

Lors de l'élaboration du projet de mémoire de fin d'études, j'ai eu de la difficulté à trouver de la documentation concernant le sujet de la thérapie équestre. En effet, cette méthode étant peu utilisée et accréditée en Suisse et en Europe, les ouvrages sont moindre, voire inexistants. C'est la raison pour laquelle les informations s'y trouvant sont de sources internet ainsi que d'un manuel d'introduction à la pratique de la thérapie équestre aux Etats-Unis.

Comme je l'ai souligné dans le résumé, j'ai vécu une expérience de 6 mois dans le plus grand centre équestre des Etats-Unis pratiquant la thérapie équestre au bénéfice de personnes en situations d'handicap. Cela m'a permis de mieux comprendre la théorie déjà investiguée et de la compléter sur place par des lectures de documents complets sur cette thérapie.

Le présent travail comporte donc des notions théoriques de sources européennes et américaines.

#### **3.3.1 La thérapie équestre**

Comme déjà cité, les Anglais sont les précurseurs de la thérapie équestre, suivi des Norvégiens et des Suédois dans les années 1960. En Suisse, cette méthode thérapeutique a débuté dans les années 1970.

La thérapie équestre s'adresse à toutes personnes (enfants, adolescents et adultes) désirant repousser les limites imposées par leurs difficultés :

›Handicap **physique** (déficits sensoriels, infirmité motrice cérébrale, infirmités de naissance ou accidentelles, surdité,...)

›Handicap **psychique** (dépression, angoisses, difficulté comportementales et émotionnelles,...)

›Handicap **relationnel** (troubles caractériels, difficultés sociales et familiales,...)<sup>13</sup>

La thérapie avec le cheval est pratiquée par un professionnel du social ou de la santé ayant le brevet de cavalier. C'est une thérapie qui tient compte de l'individu dans sa totalité (physique et mentale). En plus de la rééducation physique produite par le mouvement du dos de l'animal, le professionnel tient compte des aspects psychologiques, sensoriels et sociaux du cavalier. La rééducation par l'équitation est donc ***motrice, affective et cérébrale*** et est adaptée aux besoins spécifiques du client.

A terre ou en selle, le client est toujours actif. En activant ses demandes, il exerce une influence sur le cheval. Il se fait entendre et peut ainsi mieux prendre conscience de son corps, de ses capacités et de sa personne (son Moi).

Le cheval a naturellement tendance à éveiller des sensations archaïques proches de celles que l'enfant a vécu avec sa mère dans les premiers mois de sa vie : être porté, balancé, recevoir de la chaleur.

D.W Winnicott<sup>14</sup> décrit dans sa théorie du développement trois principes nécessaire à la construction de l'individu : ***le holding, le handling et l'object presenting***<sup>15</sup>. La thérapie équestre reprend ces trois concepts<sup>16</sup> :

---

<sup>13</sup> <http://www.handicheval.ch>

<sup>14</sup> D.W Winnicott (1896-1971) est un pédiatre et psychanalyste anglais qui pour objet d'étude a écrit une théorie du développement chez l'enfant, en s'attachant essentiellement aux faits.

<sup>15</sup> Deldime,R., Vermeulen,S. *Le développement psychologique de l'enfant*. Bruxelles, 1980, p.21

<sup>16</sup> <http://www.handicheval.ch>

## 1. Le holding

***Le holding*** est le synonyme de : intégration = quand la mère porte son enfant dans les premiers mois de sa vie et que ce dernier intègre alors les notions du temps et de l'espace. Le sentiment de sécurité est assouvi et le nourrisson peut alors faire cet apprentissage.

En thérapie avec le cheval, le cavalier va pouvoir vivre *le holding* qui n'a pas été intégré avec la mère. Le cheval apporte la sécurité qui a manqué par la douceur, le bercement et la chaleur. Lorsque le client monte en selle, il découvre les sensations de maintien et de soutien physique par le mouvement de balancement et de bercement.

Le travail du thérapeute est essentiel. En effet, c'est lui qui va créer et maintenir le cadre avec le cavalier et le cheval qui est très important à la réussite de ce stade.

## 2. Le handling

***Le handling*** est synonyme de : création de liens = un principe qui définit la façon adéquate par laquelle une mère soigne et manipule corporellement son enfant. C'est la période où l'enfant se différencie de la mère et va vers l'indépendance. L'individualité de l'enfant se fait à travers les soins : l'habillage, la toilette mais également grâce à la capacité d'écoute de la mère qui rend le climat sécurisant.

En thérapie équestre, l'utilisation du cheval permet un retour à ces relations primitives mère-enfant. *Le handling* prend du sens lorsque le cavalier caresse le cheval et lui donne des soins. En le brossant, le peignant, lui donnant à manger, il découvre le corps chaud de l'animal qui réagit à ses actes. La relation s'établit doucement et oblige à l'indépendance. Le fait que si le cavalier ne

demande rien, le cheval ne fait rien non plus, amène la personne à poser des actes et ainsi tendre vers l'autonomie.

### **3. L'object presenting**

Ce concept représente la capacité de la mère à présenter un objet à son enfant dont il a besoin au bon moment. L'enfant a ainsi le sentiment d'être tout puissant et se différencie de la mère.

En thérapie équestre, pour que le cavalier vive quelque chose avec le cheval il doit se différencier de lui. La satisfaction avec l'animal apporte le désir de différenciation pour vivre pleinement la relation.

#### Lien entre théorie et pratique

Grâce à mon stage pratique aux Etats-Unis je peux aujourd'hui faire des liens entre la théorie et la pratique. *The Shea Center* est un centre thérapeutique équestre permettant d'améliorer la vie quotidienne des personnes handicapées physiques et/ou mentales par une thérapie avec le cheval de haute qualité. L'âge minimum est de deux ans et le client qui est appelé « cavalier », est d'abord évalué par les professionnels afin de déterminer si la thérapie est adaptée.

Les activités thérapeutiques utilisent le *vaulting*. Cela consiste à performer des mouvements de gymnastiques sur le cheval en mouvement. Ce dernier est un excellent outil pour développer la coordination des muscles, l'équilibre et la posture, la force, les compétences motrices ainsi que l'estime de soi et la confiance en soi. Les thérapies en groupe favorisent les compétences sociales et l'esprit d'équipe.



La thérapie équestre est une forme de thérapie qui ne peut être remplacée par aucun autre équipement. Le mouvement tridimensionnel du cheval au pas reproduit d'assez près le pas de l'humain, ce qui aide le cavalier à stimuler la coordination de ses muscles, son équilibre et sa posture. Sans oublier le bénéfice émotionnel et psychologique que la thérapie équestre apporte de part la relation que le cavalier développe avec le cheval qu'aucune autre forme de thérapie peut offrir ainsi que le contexte thérapeutique peu habituel en plein air ou en manège. La personne handicapée monte non seulement le cheval, mais le brosse aussi, le nourrit et aide le thérapeute à équiper le cheval. Il apprend à respecter et à s'occuper de l'animal.

La capacité de l'être humain d'ajuster et maintenir la position de son corps dans l'espace a pour but de s'orienter et avoir une stabilité corporelle. La posture et l'équilibre<sup>17</sup> sont nécessaires pour toute motricité telle qu'être assis, marcher, attraper et parler. Ça amène notre corps à devoir s'ajuster sans cesse dans nos multitudes d'activités de tous les instants. Le dos du cheval est large et c'est une base de support qui amène le cavalier à être stable ; lorsque le cheval est en mouvement le cavalier a pour défi de maintenir cette stabilité. A chaque changement de direction, les différentes parties du corps doivent être en coordination afin de tenir à l'équilibre. De même lorsque l'on transite de la marche à l'arrêt et de l'arrêt à la marche. Le cavalier améliore l'interprétation et l'intégration des informations.

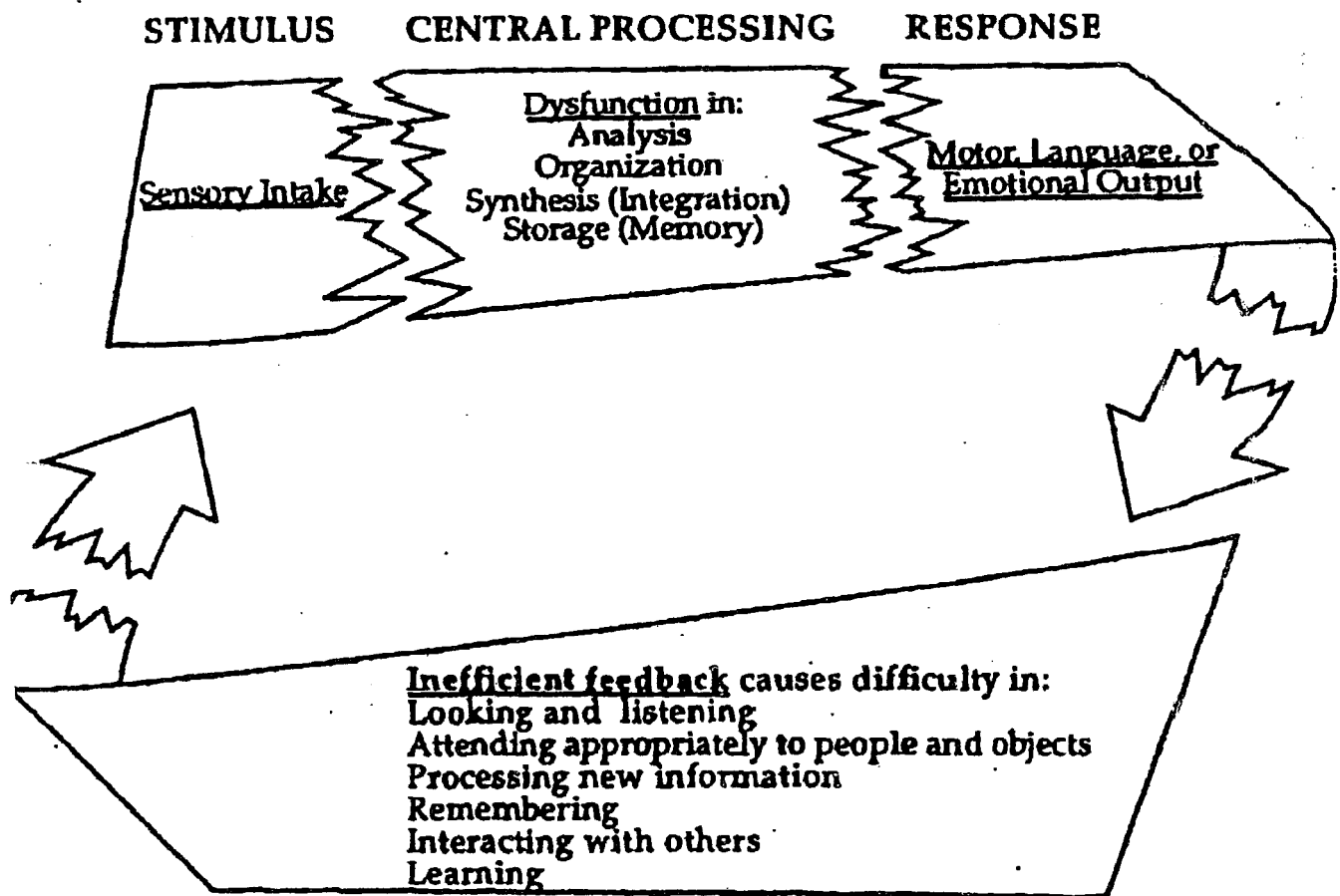
Lorsque notre intégration sensorielle est dérangée cela affecte notre comportement et inversement dans un cycle répétitif<sup>18</sup> (à voir page suivante). La thérapie équestre permet par le mouvement du cheval, l'expérience de grands effets sensoriels. Le cavalier apprend donc à prendre les informations sensorielles, à réguler la multitude d'informations, puis à les intégrer et les utiliser de manière cohérente.

---

<sup>17</sup> American Hippotherapy Association, Introduction to Hippotherapy : Classic Principles and Applications Workshop Manuel, p.13

<sup>18</sup> Idem p.15

## How Dysfunction May Occur in the Sensory Processing Machine



La thérapie équestre est également un traitement pour les difficultés de locutions<sup>19</sup> car le langage normal demande une stabilité posturale, une bonne coordination des mouvements du corps ainsi qu'une bonne capacité de respiration. La difficulté d'expression orale est affectée par un manque d'intégration du système nerveux. La thérapie équestre semblerait faciliter l'attention ce qui prouve qu'il y a donc effet positif sur le système nerveux.

Au centre équestre j'ai rencontré 60 handicaps distincts, dont l'autisme, la paralysie cérébrale, le syndrome de Rett, la sclérose en plaque, la dystrophie musculaire, des problèmes d'intégration sensoriels, la trisomie, la surdité, la cécité et beaucoup d'autres.

Les chevaux utilisés dans le centre sont pour la plupart des dons de particuliers. Ils sont tout d'abord testés durant 2 mois afin de déterminer s'ils sont adaptés à notre activité. Leurs caractéristiques premières exigées sont d'être calmes et peu alertes. L'animal est sans cesse entouré de personnes et de jouets qui peuvent l'effrayer. En effet, lors de la thérapie, le thérapeute se situe sur le côté droit du cheval, un bénévole ou stagiaire sur le côté gauche et un autre bénévole le dirige. Ce dernier doit être focalisé sur le cheval pour être capable de le maîtriser s'il y a un problème, tout en ayant une oreille sur ce que le thérapeute demande. Les personnes sur les côtés doivent être focalisés sur l'enfant afin d'assurer sa sécurité. C'est un travail d'équipe qui demande concentration.

Lorsque le cavalier est sur le cheval, il oublie souvent son handicap. Une personne qui ne peut pas marcher peut soudainement monter à cheval et ne plus paraître handicapée. Elle se sent valorisée de part sa hauteur et elle apprend à s'occuper de quelqu'un d'autre (le cheval): son rôle est changé, elle n'est plus la personne dont on doit s'occuper. C'est ce que j'ai vu en suivant **Julie** (prénom d'emprunt) :

---

<sup>19</sup> American Hippotherapy Association, Introduction to Hippotherapy : Classic Principles and Applications Workshop Manuel, p.18

Durant ma première semaine j'ai suivi l'évaluation d'entrée d'une petite fille de 5 ans atteinte de paralysie cérébrale à sa naissance. Je l'ai suivie ensuite durant toute ma période de formation pratique au centre. Julie ne pouvait pas marcher, ni se tenir assise de manière autonome, et avait de la difficulté à utiliser ses membres supérieurs pour attraper un objet. Son expression orale était limitée. Julie était excitée de venir au centre et de voir les chevaux et semblait confiante de monter à cheval. L'évaluation s'est bien passée et elle a pu commencer ses leçons régulièrement 1 fois par semaine. Depuis ce jour là, j'ai travaillé avec Julie et j'ai appris grâce à elle, quels pouvaient être les bénéfices de la thérapie équestre sur une petite fille de 5 ans atteinte de paralysie cérébrale. Les premières leçons, Julie était assise sur un cheval de petite taille afin de l'habituer à la hauteur. De part son handicap physique, son tronc était plié en avant, ses jambes tendues et crispées et elle avait peu d'équilibre. Les premiers mois sur le cheval, Julie avait besoin de soutien physique permanent de la part de la thérapeute et de moi-même des deux côtés du cheval durant la leçon. Après 4 mois, Julie est capable de se tenir droite sur le cheval en mouvement et tenir son équilibre. Son tronc est plus fort et plus musclé. Les muscles des jambes et de ses bras sont beaucoup plus détendus ce qui lui permet d'être assise de manière plus stable et d'être capable d'attraper des objets dans un espace plus large.

J'ai eu un contact particulier avec cette petite fille ainsi qu'avec sa maman. Les leçons ont été un challenge à chaque semaine puisqu'il a fallu se battre pour l'aider à se sentir en confiance sur le cheval et avoir confiance en nous. J'ai vu cette petite fille grandir et évoluer sur le dos d'un cheval, motivée par des jouets, des chansons et des exercices qui lui ont permis d'acquérir le maintien de son corps qu'elle a aujourd'hui.

Psychologiquement Julie a également grandement évoluée. En effet, Julie a un frère jumeau en santé qui l'accompagne parfois aux leçons. Ce dernier n'est jamais monté à cheval et en a peur. Julie est fière de faire une activité dont elle est pour une fois capable et non son frère. Sur le dos du cheval elle n'est plus

en situation d'handicap alors que son frère semble l'être. Elle se sent valorisée et je l'ai vu avec un grand sourire aux lèvres.

En venant au centre, **Emilie** (prénom d'emprunt), 3 ans, avait perdu sa capacité à marcher qui est une des caractéristiques du syndrome de Rett. Après 4 mois de thérapie, une fois par semaine, Emilie marche à nouveau. Les muscles de ses jambes se renforcent sur le cheval à chaque leçon.

**David** (prénom d'emprunt) a 4 ans et est trisomique. Il monte le cheval nommé Dixie ; David est à la recherche de stimulation sensorielle et les mouvements du cheval au pas comme au trot lui en apportent un maximum. La position où il est assis en arrière est celle qu'il préfère. En effet, poser ses mains sur l'arrière du cheval en mouvement lui apporte une grande satisfaction. David n'a pas ou peu d'expression verbale mais s'exprime avec des gestes et des sons. Il est heureux sur le cheval et nous exprime son contentement et son désir de continuer par des gestes de ses mains. Il ne souhaite jamais descendre du cheval et finir la leçon. David apprend les différentes parties du corps du cheval en les touchant tout en le montant. Il apprend également à canaliser son énergie par lui-même dans sa relation avec le cheval car ce dernier ne se laisse pas faire et n'accepte pas d'être monté si la personne est brusque.

**Julien** (prénom d'emprunt) et sa maman m'ont beaucoup appris sur l'autisme et ses difficultés. J'ai découvert avec Julien le mystère de l'autisme et j'ai apprécié travailler avec lui afin d'essayer de trouver à chaque nouvelle leçon comment le connecter, ne serait-ce qu'une seconde, à notre monde. J'ai motivé Julien avec de la musique, différents jouets ; il était surtout attiré par les couleurs frappantes ainsi que les fleurs. Tout comme David, Julien a besoin de stimulation sensorielle. Il aime être couché sur le cheval (sur le dos, sur le ventre) au contact étroit avec l'animal car il se laisse totalement aller de tous ses membres. Sa chaleur paraît lui apporter réconfort et bien-être. Cela reprend le premier principe de Winnicott qui est le *holding*<sup>20</sup>.

---

<sup>20</sup> Voir pages 14-15

Tous ces enfants apprennent à « diriger » le cheval. C'est leur rôle de dire « marche » et « stop » et cela les responsabilise dans leur rôle de cavalier. Certains d'entre eux tiennent parfois les rennes et les bons gestes sont également nécessaires afin de se faire entendre. Ils se sentent ainsi en relation avec le cheval et d'une certaine manière indépendant. Le cheval ne réagit pas si on ne lui demande pas. Ça les oblige à entrer en relation. A toutes les fins de leçons, le fait de couper les carottes (avec l'aide du thérapeute) et donner eux-mêmes à manger au cheval permet également de se différencier de l'animal pour vivre la relation. Cela rejoint le terme de *handling*<sup>21</sup> décrit par Winnicott.

---

<sup>21</sup> Voir pages 14-15

## **4. Présentation de la recherche sur le terrain concernant les bienfaits du cheval sur l'être humain en difficulté**

Afin d'introduire ma recherche aux différentes institutions du canton de Neuchâtel, j'ai tout d'abord envoyé le questionnaire I<sup>1</sup> me permettant de faire un premier sondage pour savoir lesquelles d'entre elles utilisent la thérapie avec le cheval. Sur les 35 questionnaires envoyés, 21 m'ont été retournés, dont 7 répondent aux critères que je me suis fixés, c'est-à-dire utilisant la thérapie équestre de manière continue et ponctuelle.

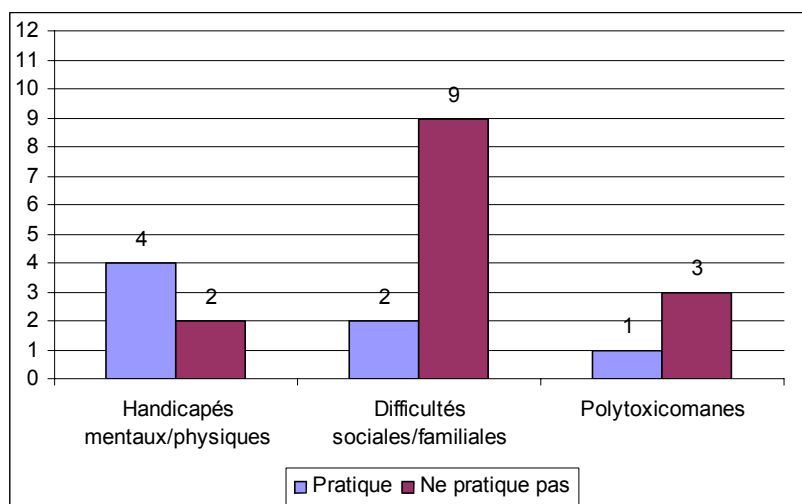
Les analyses qui suivent sont basées sur les questionnaires I et ensuite sur les 6 entretiens obtenus basées sur le questionnaire II<sup>2</sup>.

### **4.1 ANALYSE DU QUESTIONNAIRE I**

#### **4.1.1 Institutions pratiquant la thérapie équestre**

Comme cité plus haut, sur les 21 institutions qui ont retourné le questionnaire, 7 pratiquent la thérapie équestre.

Graphique 1 : type de population accueillie

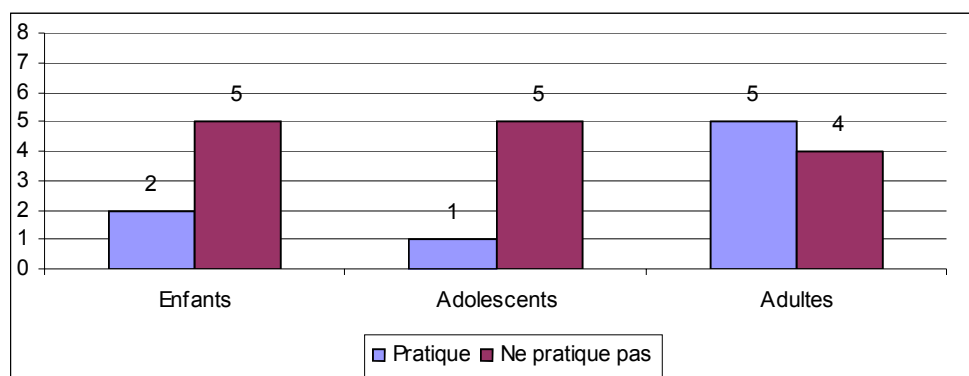


<sup>1</sup> Annexes

<sup>2</sup> Annexes

Le graphique ci-dessus nous montre que les institutions du canton accueillant des personnes handicapées sont plus favorables à la pratique de la thérapie équestre. Proportionnellement, les institutions accueillant des personnes en difficultés sociales et familiales sont les moins exposées à la pratique de cette thérapie.

Graphique 2 : groupes d'âges



Les adultes sont les personnes les plus présentes dans la thérapie équestre dans le canton de Neuchâtel et les adolescents sont ceux qui la pratiquent le moins.

Graphique 3 : durée de la thérapie dans l'institution et fréquence ; d'éventuelles autres thérapies avec un animal ; d'éventuels animaux présents dans l'institution

Institutions	Années de pratique	Fréquence	Autre thérapie avec un animal	Animaux présents dans l'institution
<b>Institution 1</b>	3 ans	1x/sem.	non	non
<b>Institution 2</b>	4 ans	1x/sem.	non	non
<b>Institution 3</b>	4 ans	1x/mois	non	oui
<b>Institution 4</b>	8 ans	1x/sem.	non	non
<b>Institution 5</b>	16 ans	1x/sem.	non	oui
<b>Institution 6</b>	18 ans	1x/sem.	non	non
<b>Institution 7</b>	20 ans	2x/mois	non	non



Ce tableau montre que la pratique de la thérapie équestre est passablement récente dans les institutions et qu'elle a accru ces 10 dernières années. Seules 3 institutions sont pionnières dans le domaine.

La fréquence de la thérapie est majoritairement d'une fois par semaine ; seules 2 institutions se voient la pratiquer moins d'une fois par semaine. La raison évoquée est avant tout le manque de financement.

Par ce tableau, j'ai également voulu faire un parallèle avec d'éventuelles autres thérapies avec l'animal ainsi que l'éventuelle présence d'animaux dans les institutions. Le fait de pratiquer la thérapie équestre n'a pas automatiquement rendu les établissements plus ouverts à accueillir des animaux ni à pratiquer d'autres thérapies avec ces derniers. En effet, seules 2 institutions ont la présence d'animaux. La raison première était les causes d'allergies (institutions 1, 2, 7), puis le fait d'être une structure en centre ville (institution 4), et finalement le désintérêt des pensionnaires (institution 6).

## **4.2 ANALYSE DES ENTRETIENS**

### Rappel des populations et problématiques :

Entretien 1 : Enfants et adolescents de 6-18 ans ; difficultés sociales et scolaires.

Entretien 2 : Adultes ; handicaps mentaux, physiques et psychiques.

Entretien 3 : Adultes ; dépendances

Entretien 4 : Adultes ; handicaps mentaux, physiques et psychiques.

Entretien 5 : Adultes ; polyhandicapés

Entretien 6 : Enfants ; difficultés sociales et familiales.

### **Bénéficiaires de la thérapie équestre**

Dans une des six institutions (E3), la thérapie équestre fait parti du module d'accueil et est par conséquent obligatoire pour tous pendant 6 semaines. Ensuite chacun est libre d'y aller.

Dans les cinq autres institutions, les bénéficiaires sont relativement peu nombreux et ceci pour plusieurs raisons ; le problème de financement est le plus fréquent qui malgré l'aide de différents mouvements et associations reste encore insuffisant pour couvrir la demande. Dans une des institutions les pensionnaires travaillent dans les ateliers et pour cette raison peu de personnes peuvent participer « *Pour chaque personne qui pratique une thérapie quelle qu'elle soit, il faut que le domaine professionnel soit d'accord de le libérer.* » (E2).

Une autre institution (E1) évoque des cas d'éventuelles d'allergies.

Malgré la volonté de la part de l'institution d'ouvrir cette thérapie au plus grand nombre de leurs pensionnaires, le manque de fonds freine cette possibilité.

### **Décision d'entreprendre une thérapie équestre**

Pour les deux foyers d'enfants (E1+E6), les éducateurs proposent la thérapie équestre puis demandent ensuite l'accord du psychologue. Dans un des deux foyers (E1), les parents doivent également donner leur autorisation mais « *il faut qu'ils justifient très fort leur refus parce cela fait partie du programme éducatif de l'institution.* »

En ce qui concerne les adultes, deux des institutions (E4+E5) autorisent la pratique de la thérapie suite à la demande du pensionnaire. « *C'est à la demande du résident et à la disponibilité. Puis le médecin pour voir s'il n'y a pas de contre indication.* » (E5)  
« *on met tout en place pour que ça marche.* » (E4)

Dans une des institutions c'est l'équipe éducative qui prend la décision après un bilan réalisé avec le pensionnaire. Le tuteur ou le responsable légal prend la décision finale. (E2)

Il ressort ici que la majorité des pensionnaires, enfants ou adultes, doivent être évalués avant d'obtenir l'aval de pratiquer la thérapie équestre.

### **Rencontre avec le cheval**

Tous les professionnels interrogés s'accordent à dire que l'approche entre les cavaliers et le cheval doit être progressive, dans le souci de ne pas brusquer ni le cavalier, ni l'animal. Ils affirment aussi que la rencontre doit être bien préparée à l'avance pour une plus grande chance de réussite dans la relation entre les deux protagonistes.

Les préparatifs se déroulent de manières diverses dans les différentes institutions : deux des professionnels (E1+E2) utilisent entre autres des vidéos et livres pour préparer les pensionnaires. Pour un des thérapeutes, les anciens cavaliers transmettent aux nouveaux leurs connaissances « *les nouveaux s'appuient sur les anciens* » (E1)

La plupart des thérapeutes expliquent aux cavaliers les comportements du cheval, comment il fonctionne, comment il faut s'en occuper. Ils leur montrent aussi les lieux (le manège, les écuries, les boxes) ainsi que le matériel et la nourriture avant d'entrer en contact avec le cheval. « *(...) je reprends un petit peu sur la vie du cheval, comment il se comporte, quel type d'animal c'est. Après je leur explique comment on s'en occupe, c'est ce qui est important pour eux, pour qu'ils aient une bonne rencontre avec l'animal.* » (E3)

La mise en contact directe est également privilégiée : « *Nous privilégions la pratique et le concret. Nous faisons d'abord connaissance avec la thérapeute, puis avec le cheval en le baladant.* » (E5), « *Approche progressive avec l'animal, mise en contact* » (E6)

Les préparations à la thérapie avec le cheval se font dans toutes les institutions visitées. Les instructions de bases sont prodiguées à tous les futurs cavaliers sans exception dans le but d'une réussite optimale.

### **Objectifs visés**

En ce qui concerne les établissements pour enfants (E1+E6), les objectifs sont établis individuellement avec des activités adaptées aux besoins de chacun. *« Je fixe des objectifs individuels pour chaque élève, je n'ai pas un objectif commun. (...) je fixe des objectifs de manière très précise pour chaque enfant (...), avec un enfant je fais exclusivement que de la longe sur un poney, c'est un enfant qui n'a pas d'équilibre, qui au niveau moteur a beaucoup de difficultés, donc je travaille énormément sur le centre de gravité puis sur l'équilibre, la motricité, la souplesse. (...) pour une autre élève c'est plutôt affectif, je vais développer son sens de responsabilité, l'alternance entre le plaisir et l'effort, (...) elle travaille sur la relation à 2. » (E1)*

Dans les institutions pour adultes les objectifs sont communs à tous les pensionnaires et on met l'accent sur le côté récréatif ; *« Il n'y a pas vraiment d'objectif, vu que c'est compté comme un loisir, le but c'est le bien être. » (E4), « L'exercice physique, maintien physique, passer un bon moment, sortir de l'institution, détente. » (E5)*

La dimension émotionnelle fait également partie des objectifs d'une institution pour adulte ; *« Pour moi les objectifs avant tout c'est par rapport aux émotions. Mon objectif c'est de permettre aux gens de prendre contact avec eux-mêmes. Avec leurs dimensions créatrices, avec leur être. » (E3)*

L'exception pour l'un des établissements pour adultes où le plaisir de la thérapie équestre est secondaire ; *« Ce n'est pas de la détente, en tout cas ce n'est pas le sens premier, le but est avant tout la rééducation (physique, comportementale, psychique). »*

Je constate que les objectifs pour les enfants sont avant tout centrés sur leur développement alors que pour les adultes le plaisir et la détente vont de pair avec leur maintien physique et psychologique.

### **Efficacité de la thérapie équestre par rapport aux autres thérapies**

Cinq des professionnels interviewés s'accordent à dire que la thérapie équestre est bénéfique aux cavaliers, autant pour ceux qui l'utilisent dans un but éducatif que récréatif et surtout qu'elle est complémentaire aux autres thérapies. Pour certains il est difficile de parler d'efficacité car elle semblerait subjective: *« La thérapie équestre est difficilement quantifiable, c'est très subjectif, c'est difficilement évaluable. (...) Pour moi c'est complémentaire aux autres thérapies. On peut dire plus ou moins adapté en fonction des besoins mais on ne peut pas parler d'efficacité. » (E2), « Non, pas plus efficace. La thérapie dans la piscine c'est aussi très efficace et finalement ils se détendent plus. Avec le cheval il faut plus de concentration car de part leur handicap lourd, cela provoque parfois des douleurs. » (E5).*

Cependant il est pourtant reconnu pour la plupart des professionnels que la thérapie équestre apporte quelque chose de différent que les autres thérapies ne peuvent amener, par exemple le médiateur entre le thérapeute et le bénéficiaire qui permet apparemment un meilleur contact avec ses propres émotions : *« Pour moi c'est forcément complémentaire, la thérapie avec le cheval n'est pas la thérapie unique. Mais elle a un avantage sur les autres thérapies, elle a un médiateur (le cheval). (...) en plus c'est très valorisant d'être avec le cheval. » (E1), « Je ne pense pas moins ou plus efficace, mais différente en tout cas. Avec toutes les autres thérapies tout se passe dans la tête (...) on reste quand même beaucoup dans l'intellect. Je n'ai pas trouvé de meilleur moyen pour mettre les gens en lien direct avec leurs émotions. » (E3).*

### **Autres thérapies utilisées dans l'institution**

Les autres thérapies plus traditionnelles sont toujours d'actualité. Il s'agit surtout de psychothérapie et physiothérapie. Dans les deux institutions pour enfants l'orthophonie et thérapie pour la motricité. Pour les adultes il y a aussi l'ergothérapie.

Parallèlement à la thérapie équestre, d'autres thérapies créatives voient le jour dans les institutions pour enfants comme la thérapie par le cinéma, l'anglais et les marionnettes. Pour une des six institutions, les éducateurs privilégient des activités désirées par les pensionnaires comme sorte de thérapie. *« Ils font un peu tout ce qu'ils veulent et aussi en fonction des éducateurs bien-sûr. (...) Pour la personne qui fait de la batterie par exemple, ça a été son rêve toute sa vie. » (E4).*

### **Processus de la thérapie équestre**

La thérapie équestre est une thérapie qui englobe une grande variété de paramètres. En effet, elle répond à une demande variée et à un public d'horizons et de problématiques divers. Par conséquent un processus unique ne peut exister et chaque thérapeute met en place une approche quelque peu personnelle par rapport à la clientèle en demande.

*« C'est personnel (...). Tout d'abord la personne vient pour voir, pour se faire une idée du contexte de l'écurie, du lieu dans lequel ça se déroule, puis soit la personne se désiste ou soit elle s'engage. On fait une première série de 4 séances qui sont des séances d'observation, et au terme de ces 4 séances on fait un bilan. En fonction des critères physiques, psychiques j'établis des objectifs. » (E2).*

*« C'est très individualisé. La première étape commune au niveau pratique c'est : comment on prend soin d'un cheval, à quoi sert le pansage, on lui enlève la poussière mais en même temps on le masse, rentrer dans son intimité, c'est un moment où on fait connaissance, c'est un moment où on commence déjà à se mettre en lien avec le cheval, dans l'écurie en train de le brosser. Puis le cheval nous permet aussi de s'approcher de lui. » (E3)*

Ce qui semble important dans le processus de la thérapie pour la majorité des professionnels c'est avant tout la connaissance de l'environnement dans lequel vit l'animal ainsi que le respect de ce dernier. « (...) La 2<sup>ème</sup> étape c'est la valeur de notre gestuelle, de notre attitude, de notre comportement. On s'aperçoit souvent que les gens ont une multitude de gestes qui ne servent à rien, mais pour le cheval c'est très déstabilisant (...). »(E3), « (...) une des grandes étapes c'est de leur apprendre comment se comporter dans ce lieu-là, (...) puis il y a une étape d'approche des chevaux, visite guidée des écuries, on apprend à les brosser, soigner (...). On apprend aussi à utiliser le vocabulaire adéquat, puis il y a une partie de monte et à la fin une partie de rangement puis nettoyage. » (E1).

Contrairement à ce que l'on pourrait penser, tout ne se passe pas sur le dos du cheval. La thérapie commence dès le moment où les cavaliers entrent dans le contexte équestre et entrent en relation avec le cheval. Certains ne montent même jamais au dos du cheval mais développent leurs compétences à ses côtés. « J'en ai des qui viennent avec moi depuis une année, et qui sont montés 2 fois. Cela veut dire qu'il y a beaucoup d'autres choses. Ils se rendent compte de la difficulté finalement qu'il y a d'être avec le cheval. C'est-à-dire qu'on ne le tire pas pour l'emmener quelque part, mais on se déplace en étant ensemble. Pour se permettre ça, il faut réussir à affirmer sa bulle à soi, en se positionnant par rapport au cheval et ça c'est plus facile que dans la vie quotidienne dans nos relations. » (E3)

## Compétences

Suite aux entretiens et à l'analyse, je peux affirmer que la thérapie équestre permet d'améliorer les compétences physiques, psychologiques et relationnelles du cavalier.

Avant d'analyser l'acquisition des compétences, j'aimerais présenter les activités proposées dans le cadre des différentes institutions. D'abord nous pouvons distinguer deux types d'activités de base :

- activités de type éducatif (E1+E2+E3+E5+E6)
- activités de type récréatif (E4+partiellement E5)

Cependant, je pense que ces deux types d'activités sont complémentaires et que l'un a une influence sur l'autre. Une activité considérée comme récréative selon un des professionnel peut susciter des compétences relationnelles : « *Ce qu'on a remarqué avec notre résident c'est que ça l'a ouvert à partager avec les autres* » (E4). A l'inverse, lorsque la thérapie équestre est considérée avant tout comme éducative, on remarque que la relation avec le cheval s'avère être également bénéfique au niveau détente et plaisir : « *Aller sur le cheval la valorise, elle en oublie son handicap (...) La thérapie équestre la détend.* » (E5).

### 1. Compétences physiques

Ces différentes activités proposées sont susceptibles de développer diverses compétences physiques. Deux thérapeutes mentionnent le développement d'une meilleure motricité. « *Le niveau moteur est développé pour tout le monde. C'est la coordination globale, la dissociation, la maîtrise de tous les mouvements, le sens tactile* » (E1).



Une professionnelle met l'accent sur la détente musculaire et un meilleur maintien (E5).

Pour une autre thérapeute, la relation qui s'instaure entre le cheval et le cavalier aide ce dernier à découvrir son corps : « *Souvent chez nos résidents qu'on a, on voit qu'il y a une enveloppe qui ne sert pas à grand-chose, souvent une enveloppe qui n'est pas habitée, qui n'est pas respectée, qui n'est pas acceptée. C'est aussi un moyen qu'on a de mettre le gens en relation avec leur corps et à en prendre conscience.* » (E3)

Chacun tire un bénéfice d'une simple balade à cheval qui apporte beaucoup sur le plan sensoriel : le cavalier sent le vent au contact de sa peau, les réactions physiques du cheval, le bercement et la chaleur. Tout ceci est perçu par le cavalier de manière physique.

En effet, un enfant hyperactif par exemple, doit mobiliser toute son énergie et est obligé de s'engager physiquement car le cheval ne se laisse pas faire et le cavalier est obligé de coopérer.

Un des thérapeutes est néanmoins plus réservé quant aux biens-faits physiques : « *De part mes observations, au niveau physique je ne dirais pas que c'est énorme, mais ça permet tout de même de se redresser.* » (E4)

D'une manière générale, la majorité de personnes interrogées évoquent un bien-être physique acquis par le cavalier qui se traduit par la détente et une plus grande résistance physique.

## 2. Compétences psychologiques

La thérapie équestre permet au cavalier d'entrer dans une phase d'apprentissage au niveau physique mais également psychologique.

Le cheval est en effet l'outil qui révèle l'état émotionnel du cavalier. La relation entre le cheval et le cavalier permet de faire ressortir les émotions occultées : *« C'est un travail sur les émotions, c'est un moyen de prendre conscience de son corps et aussi de ses émotions qui sont pour la plupart occultées. » (E3).*

Les émotions peuvent être la peur, l'anxiété, l'angoisse, la colère, l'agressivité, etc. Prendre conscience de ses émotions permet de se reconstruire et ainsi d'apprendre à les gérer. Le manque de confiance en soi ainsi que d'estime de soi est souvent lié à ses émotions, c'est pourquoi diverses activités sont proposées afin de les développer.

Tous les thérapeutes expriment la nécessité d'entrer en relation avec le cheval en s'occupant de lui avant et après de le monter. Cela fait partie intégrante de la thérapie ; avoir confiance en l'animal permet d'avoir confiance en soi et aide dans le développement. *« (...) le brosser, lui curer les pieds, le promener. Il y a une certaine fierté. » (E5) « La confiance en soi est développée. Une des résidentes avait très peur du cheval et au fil du temps c'est impressionnant comme elle a évolué dans ce domaine. Aller à cheval la valorise, elle en oublie son handicap. » (E5).*

La fierté et la valorisation d'être avec et sur le cheval fait avancer le cavalier dans ses difficultés : *« Au niveau de l'estime de soi, la confiance en soi, la fierté, toutes ces choses là, je pense c'est énorme. Notre résident quand il est sur le cheval il est quelqu'un d'autre. Sur le cheval il est jamais absent, jamais tombé, jamais de crise, une présence incroyable. » (E4)*

L'agressivité est un état qu'on est obligé d'apprendre à gérer lorsque l'on est avec un cheval. Le cheval devient miroir de nos émotions, si on ne le respecte pas il ne va pas se laisser approcher. *« (...) pour que le cheval se laisse approcher dans son intimité*

*dans sa relation avec l'homme, on doit y mettre du soin. (...) Souvent les gens ont une multitude de gestes qui déstabilisent le cheval, la valeur de notre gestuelle, de notre attitude et de notre comportement est importante. (...) Donc on apprend à se poser et à prendre conscience de l'importance de nos gestes. » (E3).* Cela permet une remise en question sur notre comportement. S'il n'est pas acceptable avec le cheval, il ne l'est pas avec ses pairs non plus.

### 3. Compétences relationnelles

La thérapie équestre vise une progression sur le plan relationnel. Il s'agit d'améliorer la relation à l'animal, à soi et à autrui. Ainsi on peut mieux gérer les rapports avec son environnement social.

Toutes les personnes interrogées s'accordent à dire que le cheval est un moyen d'entrer en rapport avec autrui. Il y a l'exemple de Jean (prénom fictif) (E4) qui était une personne fermée qui ne parlait à personne. Il ne voulait jamais sortir de l'institution. *« Quand on partait le soir pour aller manger dehors, il faisait des cris, il n'avait pas envie. »* Après une année de thérapie avec le cheval, Jean a fait des progrès remarquables : *« Maintenant il participe aux repas organisés par le manège, il mange avec eux, il discute avec eux, donc le cheval est devenu un moyen d'entrer en communication avec d'autres gens. » (E4).*

La thérapie équestre aide le cavalier à s'adapter à son environnement. *« Le cavalier apprend à faire attention à son entourage, à composer avec d'autres cavaliers ainsi que les chevaux » (E1).* Que ce soit au manège ou lors d'une ballade, les cavaliers doivent respecter l'espace de l'autre : *« Le comportement attentif est indispensable par rapport aux autres personnes » (E1).* Cette dernière attitude aide le cavalier à s'intégrer dans un groupe et permet une amélioration de la relation à autrui.

## Relations cavalier-cheval

Dans la thérapie avec le cheval, une bonne relation entre ce dernier et le cavalier est primordiale. L'objectif premier est donc d'instaurer une relation de confiance entre les deux.

La première rencontre doit se faire en douceur sans brusquer ni le cavalier, ni le cheval : *« Il faut une approche progressive avec l'animal, une mise en contact pour éviter toute crainte de la part du cavalier et aussi du cheval. » (E6).*

Par sa grandeur, le cheval peut sembler de prime abord effrayant pour certaines personnes, mais petit à petit avec une approche axée sur le contact doux comme les caresses et des soins (brossage, nourriture), les futurs cavaliers prennent confiance : *« Le cheval est l'animal le plus impressionnant et imposant. Il suffit de faire connaissance avec lui pour se rendre compte que finalement il est doux et demande à être dorloté ! » (E5).* *« Dans un premier temps, le résident est impressionné par la bête, par sa grosseur, son poids, sa façon de bouger, (...) ensuite il y a l'engouement parce qu'on voit que ça se passe bien, on commence à se sentir en confiance, on se laisse porter par l'animal et c'est l'évolution. » (E3).*

Dans E6 la professionnelle fait part de l'importance de la collaboration entre les deux parties. Comme déjà cité, le cheval est un être impressionnant et il est facile de subir dans sa relation avec lui. S'imposer devient alors utile pour obtenir une relation plus égale.

Il y a différentes relations possibles entre les chevaux et les cavaliers. La thérapie est un vrai travail pour le cheval : *« (...) le cheval éponge beaucoup d'angoisse et certains font de l'eczéma. Il y a également ceux qui ont plutôt tendance à se détacher, et là ça va demander au résident d'avoir vraiment une qualité de présence importante pour garder l'attention de l'animal. » (E3).*

Après les premières approches de touchers, de caresses et de soins, l'apprenti cavalier apprend à préparer le cheval à la monte, il est aussi important d'apprendre à reconnaître les réactions du cheval, par exemple que les oreilles dressées en arrière signifient la peur.

Il en ressort donc que lors de tous les moments de présence auprès du cheval, le cavalier va tisser un lien avec lui. Ceci paraît alors essentiel pour qu'ils puissent ensuite travailler au mieux ensemble et que la thérapie soit bénéfique.

### **Compétences acquises à long terme**

Jusqu'ici nous avons vu que la thérapie équestre est au service des personnes en difficulté en vue de favoriser et améliorer leur bien-être au quotidien.

Lors de l'enquête sur le terrain j'ai pu constater que chez la plupart des personnes interrogées, le cheval est un outil thérapeutique qui a un impact positif sur le cavalier sur les plans physique, psychologique et relationnel. La question importante qui reste est de savoir si les compétences sont acquises à long terme.

Les professionnels sont partagés dans leurs certitudes concernant le long terme de l'acquisition des compétences. Certains en sont convaincus et assurent que sur le plan physique le résultat obtenu lors de la thérapie va durer sans argumenter plus précisément : « *La motricité acquise va rester définitivement.* » (E6) « *Ce qui est acquis est acquis.* » (E5).

Lors de l'entretien 2, le thérapeute affirme que le but est de transposer les expériences acquises lors de la thérapie dans la vie quotidienne : « (...) *les difficultés que la personne aura à se faire entendre par le cheval, elle aura certainement les mêmes difficultés dans la vie de tous les jours, donc quand elle aura compris comment se faire*

*entendre dans sa relation avec l'animal, elle arrivera aussi à réutiliser ce bagage pour son quotidien et ceci normalement à long terme. » (E2)*

La même thérapeute m'a fait part d'une expérience vécue avec une jeune femme victime d'abus de son père. A la 8<sup>ème</sup> séance elle a compris que *« si elle pouvait prendre le risque de travailler avec un cheval en liberté et qu'elle avait la capacité de se faire respecter, elle avait alors aussi la capacité d'affronter son père. »* Ceci est un parallèle qu'elle a pu faire entre la force qu'elle a pu avoir face à un animal de 150 kilos et la force mentale. *« Si un animal aussi puissant me respecte, je dois pouvoir être respectée par mon père »*

Une autre thérapeute ne peut pas prouver un résultat sur long terme car les personnes en difficultés bénéficient de plusieurs thérapies et de beaucoup d'encadrement : *« (...) ça serait presque malhonnête de dire que ça serait que la thérapie équestre. Ca y contribue, j'en suis quasiment persuadée, sinon je ne le ferais pas, mais quant à le prouver... à mon avis c'est improuvable. » (E1)* Pour cette dernière, les compétences se développent dans différents domaines ; *« sûrement un peu grâce au cheval, mais pas uniquement. »*

Le professionnel interrogé à l'entretien 3 émet plus de doutes quant aux compétences acquises à long terme. Pour lui, l'acquisition durable n'est pas automatique, le résultat varie d'une personne à l'autre : *« (...) des petites graines sont semées. Il y en a qui germent, des qui germent plus vite que les autres, des qui ne germeront jamais. » (E3)*

En règle générale, les thérapeutes ne peuvent vraiment prouver quant à la durabilité des compétences acquises. La thérapie équestre est une thérapie récente qui ne permet pas encore de prouver à long terme. Cependant les thérapeutes sont unanimes sur le fait qu'ils croient et espèrent tous à cette forme de thérapie, sinon ils ne l'exerceraient certainement pas.

## **Rôle de l'éducateur**

Le rôle du thérapeute et de l'éducateur est normalement distinct mais pas toujours. Cela arrive que le thérapeute soit également éducateur. Un des professionnels interrogé est éducateur et trois autres sont thérapeutes équestres et éducateurs.

En règle générale l'éducateur s'occupe de l'organisation du travail journalier dans l'institution mais pas de la thérapie équestre à proprement dit : *« Il est accompagnateur, et plus porteur du cadre, assure la régularité des leçons, l'engagement de la personne de manière hebdomadaire et il sanctionne si la personne ne vient pas. Le thérapeute est le médiateur entre le cheval et le cavalier et va interpréter les images qui vont être révélées. »* (E2).

Un autre thérapeute affirme que c'est l'éducateur qui instaure la confiance entre le cavalier et le thérapeute : *« Le rôle de l'éducateur c'est la mise en confiance. S'il n'y a pas de confiance avec le thérapeute on ne va pas loin. L'éducateur aide à la mise en confiance entre les partis. »* (E5) Il a aussi été évoqué l'aide importante qu'est l'éducateur pour le thérapeute : *« (...) son appui et sa collaboration sont importants. »* (E6).

Seul un professionnel pense que l'éducateur n'a pas sa place en thérapie. C'est au thérapeute de suivre le programme établi pour chaque cas. (E1).

### **4.3 Conclusion de l'analyse**

Lors de l'élaboration du projet l'hypothèse suivante a été établie :

**La thérapie équestre est une thérapie permettant le développement des compétences physiques, psychologiques et relationnelles.**

Grâce aux entretiens et à l'analyse qui a suivi, je peux répondre à l'hypothèse de départ et ainsi vérifier que les données recueillies correspondent. La vérification est donc basée sur le discours des professionnels.

Selon les professionnels interrogés, une première étape d'une thérapie équestre est de créer un vrai lien entre le cavalier et le cheval. Cette relation est essentielle car elle constitue le point central de la thérapie. En premier, le futur cavalier observe, touche et sent le cheval, ceci dans le but de faire connaissance avec l'animal, mais aussi pour que la personne développe un sentiment de respect envers le cheval. Ce n'est pas une chose, mais bien un être vivant ! Pour les personnes timides ou peureuses, c'est un moyen de faire connaissance en douceur sans brusquer ni le futur cavalier, ni le cheval.

Développer les compétences physiques, psychologiques et relationnelles fait partie des objectifs des thérapeutes même si les objectifs sont fixés de manière individuelle. Le développement d'une compétence ne va rarement sans le développement d'une autre. L'apprentissage commence donc lors de la première rencontre avec le cheval qui importe beaucoup pour la suite du déroulement des séances. La relation qui sera installée avec le cheval est primordiale c'est la raison pour laquelle la rencontre doit être bien préparée et progressive. La connaissance de l'environnement dans lequel vit l'animal, ainsi que le respect de ce dernier sont les premières étapes importantes. *"La première étape commune au niveau pratique c'est comment on prend soin du cheval, entrer dans son intimité, c'est un moment où on fait connaissance, c'est un moment où on commence déjà à se mettre en lien avec le cheval dans l'écurie en train de le brosser. Puis le cheval nous permet aussi de s'approcher de lui." E3 p.30.*



Ce travail de mise en contact avec le cheval pour assurer une bonne base pour continuer la thérapie, permet déjà au cavalier de développer ses compétences au niveau relationnel.

Les compétences relationnelles sont également travaillées plus loin dans le travail de thérapie. Le cavalier apprend à se positionner par rapport au cheval qui est un être imposant et impressionnant. Quelque soit l'handicap et la difficulté du cavalier cela permet au cavalier de se réconcilier avec la vie sociale, il apprend à communiquer avec autrui et développer l'autonomie.

Au niveau psychologique, la thérapie équestre permet une mise en contact avec nos émotions que la thérapie soit utilisée de manière éducative ou récréative. La thérapie équestre permet de travailler sur le manque de confiance en soi qui est souvent liée à différentes émotions qui envahissent le cavalier. Ces émotions sont révélées par le cheval et le cavalier va pouvoir en prendre conscience (effet miroir). Si le cheval réagit d'une façon inhabituelle, le cavalier comprend que cela le concerne et c'est une prise de conscience d'une difficulté qu'il doit régler.

Les compétences relationnelles vont de pairs avec les compétences psychologiques; lorsque la relation avec le cheval est bonne le cavalier peut avoir confiance en l'animal et ainsi avoir confiance en lui. Le cavalier est également valorisé d'être sur le dos du cheval.

Sur le plan physique la thérapie équestre permet le développement d'une meilleure motricité, détente musculaire, meilleur maintien ainsi que la découverte de la globalité de son corps. Le mouvement du cheval au pas ainsi qu'au trot oblige le cavalier à se tenir assis de manière à ne pas tomber. Différents muscles sont sollicités, dont certains ne sont utilisés qu'au dos du cheval en mouvement. Cela permet de maintenir une meilleure coordination des membres et des gestes.

Il existe physiquement aussi la dimension tactile. De part son mouvement, mais également de part sa chaleur corporelle, le cheval va donner des sensations au contact peau à peau avec son cavalier. La personne autiste dont le schéma corporel et l'intégration sensorielle ne sont pas optimaux, peut se sentir stimulé au toucher du cheval en mouvement. Certains cavaliers préfèrent le trot au pas car la stimulation est plus grande.

La dimension physique de la thérapie est connue pour être utilisée en physiothérapie. C'est ce que l'on appelle l'hippothérapie. C'est une thérapie plus reconnue que la thérapie équestre de part ses résultats plus quantifiables. Cependant suite à l'élaboration de ce présent travail, je suis convaincue que les trois dimensions thérapeutiques (relationnelles, psychologiques et physiques) ne vont pas les unes sans les autres. Il n'y a pas de thérapie avec le cheval travaillant uniquement sur une problématique mais des cavaliers avec des besoins différents avec qui nous pouvons travailler sur des objectifs précis pour chacun d'eux.

## **5. Conclusion générale**

Adorant les animaux et persuadée de leur bénéfice au niveau affectif et psychologique sur l'être humain dans le cadre familial et personnel, j'ai voulu comprendre quelle influence réelle ils pouvaient avoir en thérapie. J'avais envie d'obtenir des réponses concrètes afin de croire en leurs capacités de soulager sur le plan thérapeutique. J'étais intimement persuadée que la zoothérapie était efficace, mais il fallait que je sache comment. Je me suis distancée de mes émotions et de mes préconstruits afin de ne pas influencer les résultats.

Lorsque j'ai commencé ce travail de recherche, je ne connaissais que très peu la thérapie équestre. En me documentant, j'ai été éclairée de manière théorique sur le fonctionnement de la thérapie ainsi que sur ses effets. J'ai pu m'en faire une image peu concrète sur laquelle je me suis basée pour la création de mes questionnaires. Les entretiens m'ont permis d'avoir une image plus précise de la thérapie, mais il est certain que mon expérience professionnelle sur le terrain aux Etats-Unis m'a apporté une autre dimension sur la recherche. Cependant, au début il m'a été difficile de regrouper le travail déjà fait avec mes nouvelles connaissances. J'ai eu quelques rectifications à faire au niveau théorique et j'ai revu mon hypothèse principale. Mon expérience professionnelle m'a permis de voir plus clair lors de l'analyse des entretiens car j'ai pu mettre des images sur des termes thérapeutiques.

J'ai découvert sur le terrain de manière concrète comment le cheval pouvait aider l'être humain en difficulté. J'ai pu avoir une réponse réelle sur mes idées et mes interrogations. J'ai réalisé que ma conception de la thérapie équestre n'était pas totalement comme je l'avais imaginé et j'ai pu comprendre plus précisément à quel niveau se jouait la thérapie. Avant de travailler au centre équestre, et n'étant pas très familière avec les chevaux, j'avais dans l'idée que tout animal allait aimer l'enfant ou la personne adulte sans condition. Je mettais les chevaux dans le même groupe que les animaux de compagnie. J'ai vite été surprise par leur nature indépendante et peu chaleureuse. Le cheval n'est pas un animal qui vient vers nous pour avoir des caresses ou avoir notre attention. Il n'agit pas comme un animal de compagnie et il est donc

difficile de percevoir ses émotions autres que la peur et le mécontentement. J'avais alors au départ de la difficulté à comprendre à quel niveau se jouait la relation.

J'ai appris que le cheval ne devient pas l'ami de quiconque par le simple fait de le nourrir comme on le fait avec un chien ou un chat. Il crée la relation avec la personne sur le moment présent ; il va montrer qu'il aime quelqu'un en acceptant d'être monté. La relation qui se crée est plus égalitaire que celle que l'on peut avoir avec un chien ou un chat. Nous ne sommes pas maîtres du cheval. Et comme l'a dit une des professionnelles interrogée « On ne dirige pas le cheval en le tirant ; on avance avec lui. » C'est un travail de relation à deux.

J'ai apprécié découvrir cette nouvelle forme de thérapie qui prend du terrain dans le canton de Neuchâtel grâce à sa crédulité de plus en plus importante (associations et centres équestres plus nombreux pratiquant la thérapie équestre). Qu'elle soit de nature thérapeutique ou récréative, je pense que cette nouvelle forme de thérapie adoucit l'image parfois sévère de la thérapie et du monde médical. En effet, selon moi, avoir la possibilité de se guérir l'esprit et le corps avec l'aide d'un être ne prenant pas en compte l'handicap et vivre la thérapie dans un contexte sortant totalement de la norme est une chance qu'il faut davantage préconiser, car elle amène également à la découverte et à l'ouverture.

## **Remerciements**

Je tiens à remercier toutes les personnes qui m'ont aidé d'une façon ou d'une autre à réaliser ce travail de mémoire, à commencer par ma famille, plus particulièrement ma mère, mon mari et sans oublier mon fils qui a vu le jour sous mes bouquins ! Leur soutien m'a été précieux dans les moments de découragements. Je remercie également les professionnels qui m'ont accordé de leur temps afin de réaliser les interviews, sans qui le présent travail n'aurait pas pu être accompli. Puis enfin un grand merci à mon directeur de mémoire Julian Vomsattel qui m'a accompagné et qui a été patient tout le long de cette aventure !

## **6. Bibliographie**

- › Belin, Bernard. *Animaux au secours du handicap*. Editions l'Harmattan, Paris , 2000
- › Deldime,R., Vermeulen,S. *Le développement psychologique de l'enfant*. Bruxelles, 1980
- › De Palma, Maryse. *Entre l'humain et l'animal : de la zoothérapie à la télépathie*. Editions Quebecor, Québec, 2004
- › Gilbert, Guy. *Jusqu'au bout !* Editions Stock. France, 1993
- › Hubert, Montagner. *L'enfant, l'animal et l'école*. Editions Bayard, Paris, 1995
- › Melson, Gail. *Les animaux dans la vie des enfants*. Editions Payot&Rivages, Paris, 2002
- › Muller, Catherine. *L'enfance entre chiens et chats*. Editions Robert Laffont, Paris, 1993
- › Vallotton, Mion. *L'enfant et l'animal dans l'éducation*. Editions Casterman, 1977

## **Sources Internet**

<http://www.zoothérapie.com>

<http://www.handicheval.ch>

<http://www.cheval-pour-tous.com>

<http://www.astac.ch>

# Questionnaire 1 « l'effet du cheval sur l'être humain en difficulté »

Je tiens à préciser que le nom de votre institution, ainsi que son adresse ne seront en aucun cas divulgués.

1. Actuellement, pratiquez-vous la thérapie avec le cheval/thérapie équestre avec vos bénéficiaires ? (si non, passez à la page 2, question 8)

☐ oui      ☐ non

2. Si oui, depuis combien de temps ?

3. Comment ce projet a-t-il été mis en œuvre dans votre institution ?

4. Quels sont les objectifs visés ?

5. A quelle fréquence la thérapie avec le cheval est-elle utilisée dans votre institution ?

6. Y a-t-il des progrès visibles sur les bénéficiaires suite à la thérapie avec le cheval ? ☐ oui      ☐ non

Si oui, lesquels ?

Si non, pour quelle(s) raison(s) ?



7. Quel est le rôle du travailleur social dans son activité de thérapie avec le cheval ?

8. Pratiquez-vous d'autres thérapies avec d'autres animaux ? Si oui, lesquelles ?

9. Est-ce que des animaux sont présents dans votre institution ?

☐ oui      ☐ non

Si oui, lesquels ?

Si non, pour quelle(s) raison(s) ?

---

Institution :

Population accueillie:

Type de problématique :

Suite à ce questionnaire, acceptez-vous que je prenne contact avec vous pour un entretien avec un questionnaire plus détaillé ?

☐ oui      ☐ non

**MERCI !**

# Questionnaire 2 « l'effet du cheval sur l'être humain en difficulté »

## A. Contexte

---

1. Quel type de population accueillez-vous dans votre institution ?

- ☐ enfants    ☐ adolescents    ☐ adultes
- 

2. Avec quelle problématique ?

- ☐ handicap mental    ☐ handicap physique    ☐ polyhandicap
- ☐ difficultés sociales/familiales    ☐ troubles du comportement
- ☐ toxico-dépendance
- 

3. A quelle distance de votre institution devez-vous vous déplacer pour pratiquer la thérapie avec le cheval ?

- ☐ 0-2km    ☐ 2-5km    ☐ 5-10km    ☐ 10-15km    ☐ plus
- 

4. Avec quel moyen de locomotion vous-y rendez-vous ?

- ☐ à pieds    ☐ en transport public    ☐ en voiture

## B. Le bénéficiaire et l'animal

---

1. Est-ce que tous vos bénéficiaires pratiquent la thérapie avec le cheval dans votre institution ? ☐ *oui* ☐ *non*

Pour quelle(s) raison(s) ?

☐ *bénéfique et efficace pour tous/tout handicap* ☐ *tous nos résidents actuels sont aptes à recevoir cette thérapie adaptée*

☐ *thérapie non adaptée à tous* ☐ *peur du résident* ☐ *réticence des parents* ☐ *allergies* ☐ *autre* \_\_\_\_\_

---

2. Au sein de votre institution, qui prend la décision de permettre au résident de pratiquer la thérapie avec le cheval ?

☐ *pratiquer cette thérapie est systématique dès l'entrée dans l'institution*  
☐ *les parents* ☐ *l'éducateur de référence* ☐ *le bénéficiaire*  
☐ *tous ensemble* ☐ *autre* \_\_\_\_\_

---

3. Quels sont les moyens mis à dispositions pour assurer une bonne rencontre entre le bénéficiaire et le cheval ?

☐ *images* ☐ *vidéo* ☐ *discussion/explication* ☐ *écoute/échange*  
☐ *approches progressives avec l'animal* ☐ *autre* \_\_\_\_\_

---

4. Quels sont les objectifs visés ?

☐ *développement des compétences* ☐ *complément éducatif*  
☐ *occupation* ☐ *détente* ☐ *développer un intérêt*  
☐ *autre* \_\_\_\_\_

### C. Compétences et relation

---

1. Selon vos observations, la thérapie avec le cheval est-elle aussi, moins ou plus efficace que les autres thérapies utilisées dans votre institution ?

☐ *aussi efficace*      ☐ *moins efficace*      ☐ *plus efficace*

Pourquoi ? \_\_\_\_\_

---

2. Quelles sont les autres thérapies utilisées dans votre institution ?

☐ *psychothérapie*      ☐ *physiothérapie*      ☐ *ergothérapie*  
☐ *motricité*      ☐ *autres*

---

3. Quelles sont les étapes du processus du développement de la thérapie avec le cheval ?

Etape1 \_\_\_\_\_

Etape2 \_\_\_\_\_

Etape3 \_\_\_\_\_

Etape4 \_\_\_\_\_

Etape5 \_\_\_\_\_

---

4. Selon vos connaissances, quelles compétences peuvent être développées par le bénéficiaire lors de la thérapie avec le cheval ?

☐ *le plan relationnel*      ☐ *le plan psychologique*      ☐ *le plan physique*

1 \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_

5. Y a-t-il différentes relations possibles entre le bénéficiaire et le cheval ? ☐ oui ☐ non

Si oui, lesquelles ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Si non, pour quelle(s) raison(s) ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Est-ce que le développement des compétences peut changer selon le type de relation établie entre le bénéficiaire et l'animal ?

☐ oui ☐ non

Si oui, quelle relation vous paraît la mieux adaptée ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Si non, pourquoi ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. Selon vos observations, les compétences développées lors de la thérapie avec le cheval sont-elles acquises à long terme ? ☐ oui ☐ non

Pourquoi ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. Comment définissez-vous le rôle de l'éducateur dans la thérapie équestre ?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Les variables		Entretien 1	Entretien 2
Population		On accueille potentiellement des enfants entre 6 et 18 ans qui ont tous un retard scolaire conséquent et qui sont donc à l'AI.	Adultes
Problématique		C'est enfants avec des difficultés sociales et scolaires, ils n'ont pas tous des difficultés sociales mais la majorité oui, la difficulté scolaires en tous cas oui, quasiment tous ont un retard d'environ 3 ans.	Toutes les problématiques sont possibles. Ce sont des adultes qui sont à l'AI à 100%. Et il y a différents handicaps ; mentaux, physiques, et surtout psychiques. Toxico dépendant on ne peut pas vraiment dire que c'est une problématique de base, c'est plutôt des gens qui ont des problèmes psychiques et qui consomment par compensation, mal dans leur peau. C'est pour eux une manière de compenser leurs troubles anxieux et sociaux.
Distance entre l'institution et le lieu de la thérapie équestre		On se déplace dans un rayon de 15 km environ. J'avais un manège avant ici à 1km où je pratiquais mais j'ai dû fermer parce qu'ils ont changé de gérance et m'ont doublé les tarifs.	Je dois descendre en voiture au Val de Ruz, ce qui fait une dizaine de kilomètres.
Moyen de locomotion		Je m'y rends en voiture.	En voiture. Chaque semaine j'effectue les transports, aller et retour.
Bénéficiaires de la thérapie équestre dans l'institution		Tous les bénéficiaires ne font pas tous la thérapie avec le cheval parce que je n'ai que 2 chevaux et pas assez de place. On a 2-3 élèves qui font de la thérapie à l'extérieur où j'ai aiguillé sur d'autres thérapeutes, ensuite les élèves sont placés selon un bilan qu'on fait avec eux, c'est-à-dire dans différents ateliers dont le mien fait parti et c'est nous qui choisissons selon les difficultés de l'enfant. Par rapport à ça, je pense que la thérapie n'est pas adaptée à tous, par rapport à l'accord, il peut y avoir des allergies. J'ai dû interrompre une thérapie il y a quelques années à cause de l'accord, l'animal avait peur, une peur qui était ingérable.	Une toute petite minorité. Tous les mardi matin ils sont 4. Il y a plusieurs raisons ; la 1 <sup>ère</sup> essentielle raison c'est que tous nos bénéficiaires travaillent. Pour nous la priorité du travail est la plus importante. Donc cela veut dire que pour chaque personne qui pratique une thérapie quelle qu'elle soit, il faut que le domaine professionnel soit d'accord de les libérer pour que ça soit comme du temps de travail compter pour eux. Ca c'est une idéologie de l'institution qui n'est pas encore acquise, c'est encore la logique du travail, l'économie.

Décision d'entreprendre une thérapie équestre	<p>C'est selon le bilan qui est réalisé de chaque enfant. Ensuite en principe, je demande une autorisation aux parents, amis. Il faut qu'ils justifient très fort leur refus parce que cela fait partie du programme éducatif de l'institution, donc en mettant leur enfant ici, ils sont en accord avec ce qui se fait ici. Je n'ai jamais eu de refus. Je vérifie encore auprès du médecin psychiatre qui lui aussi pourrait me donner un avis négatif. C'est une décision institutionnelle en tous cas au départ.</p>	<p>On est censé en tant que thérapeute, d'être mandaté par l'équipe éducative. C'est-à-dire qu'à la suite de chaque projet de vie, à chaque bilan éducatif élaboré en équipe, on regarde comment répondre aux besoins du pensionnaire par rapport à l'éventail de prestations qui est très variés, qui peut être le théâtre, la thérapie équestre, des thérapies extérieures. Après en équipe on choisit un type de prise en charge. Donc au sein de l'institution c'est l'équipe éducative. Après bien sûr, il faut l'aval du tuteur ou du responsable légal.</p>
Rencontre avec le cheval	<p>J'ai 4 cavaliers qui font la thérapie avec les chevaux et aussi une aide qui n'est pas éducatrice. C'est une élève qui a un rôle d'encadrer la thérapie avec le cheval. C'était une fille avec des problèmes psychotiques qui ne supportait pas trop les changements et ce boulot lui fait du bien et on a transformé son rôle en aide et c'est une aide très efficace.</p> <p>Du fait qu'on va en voiture ensemble, il y a ce quart d'heure avant et après. En général il y a deux anciens qui font ça depuis au moins une année et il y a deux nouveaux qui arrivent, donc les nouveaux s'appuient sur les anciens mais c'est pas impossible que je leur passe une vidéo ou des images, mais en général tout se passe bien. Sur les 50 qu'il y a ici 40 voudraient venir.</p>	<p>Il y a le support de la vidéo qui leur montre le cheval en tant qu'animal. Le week-end parfois on vient leur rendre visite avec les chevaux. On organise aussi des prestations comme des séjours équestres qui leur permettent d'avoir une approche différente que celle qu'ils ont tous les mardis matins. C'est une approche différente qu'ils ont en s'occupant du cheval, lui donner à manger. C'est une approche progressive.</p>
Objectifs visés	<p>Comme les enfants ont un bilan qui s'appelle CAM (cérébrale affectif moteur), donc dans chaque domaine il y a une dizaine de points qui sont évalués, moi je me base et je fixe des objectifs individuels pour chaque élève. Je n'ai pas un objectif commun. Pour la fille dont je vous parlais avant il y a occupation, mais il y a occupation sous une certaine forme. Je fixe des objectifs de manière très précise pour chaque enfant, par exemple, avec un enfant je fais exclusivement que de la longe sur un poney. C'est un enfant qui n'a pas d'équilibre donc à travers la longe et qui en plus a peur</p>	<p>A « Cheval pour tous » (centre équestre) on fait une différence essentielle entre la thérapie et le loisir. On propose différentes prises en charges. La prise en charge de loisirs pour les personnes handicapées c'est aussi possible, mais ça n'a pas de but thérapeutique, alors qu'à l'institution c'est uniquement une visée thérapeutique. Ce n'est pas de la détente, en tout cas ce n'est pas le sens premier. Le but est avant tout la rééducation (physique, comportementale, psychique).</p>

Objectifs visés (suite)	<p>et le vertige, c'est un enfant qui niveau moteur a beaucoup de difficultés. Donc je travaille énormément sur le centre de gravité puis sur l'équilibre, la motricité, la souplesse. Pour un autre que j'ai dans le même groupe, je lui fais monter un très grand cheval, donc pour lui l'objectif c'est qu'il soit capable d'intégrer une leçon normale.</p> <p><u>Occupation :</u> (La fille qui travaillait) d'après le bilan là c'est plutôt affectif, je vais développer son sens de la responsabilité, l'alternance entre le plaisir et l'effort. Elle me graisse tous mes cuirs scrupuleusement. Les relations en groupe ou à deux, parce que de temps en temps je la fais travailler comme guide avec un, donc elle travaille sur la relation à 2. Je dirais pour moi que les objectifs sont fixés sur ces trois domaines.</p>	
L'efficacité de la thérapie équestre par rapport aux autres thérapies	<p>Pour moi c'est forcément complémentaire, la thérapie avec le cheval ce n'est pas la thérapie unique, elle a un avantage sur les thérapies verbales c'est qu'elle a un médiateur, c'est-à-dire le cheval. Ca veut dire que ce n'est pas une relation duelle à deux, mais c'est une relation avec un objet conditionnel, un cordon ombilical quand on monte. Et en plus ce qu'on a c'est le côté très valorisant d'être avec le cheval.</p>	<p>C'est une bonne question. Ce qu'il y a c'est que la thérapie équestre est difficilement quantifiable, c'est très subjectif, c'est difficilement évaluable. C'est pour cela qu'il est difficile d'avoir des subventions qui paient ce genre de prise en charge. Par rapport à mes observations faites, moi je me suis créée mes propres outils d'évaluation, car il est important de pouvoir faire tous les mois un bilan afin d'avoir un retour à l'équipe éducative. Ca me permet d'avoir des objectifs précis et non juste dire « ouais c'était super », et de pouvoir définir de manière précise ce qu'il faut travailler, pour la rééducation possible ou la stabilisation.</p> <p>Donc pour moi la thérapie équestre c'est complémentaire aux autres thérapies, je ne peux pas dire que c'est mieux ou plus efficace. On peut dire plus ou moins adapté en fonction des besoins, mais on ne peut pas parler d'efficacité. On travaille par mandat de 6 mois et on peut ainsi voir si c'est adapté ou pas.</p>



Autres thérapies utilisées dans l'institution	On a des psychothérapies, la motricité pour tout le monde, thérapie par l'anglais (notre télé psychiatre qui anime ça et à travers ça fait une thérapie de groupe), Puis on a une thérapie par le cinéma (donc la création de films qui est aussi animé par notre télé psychiatre), on a aussi des groupes qui sont animés par nos psychologues, des groupes de filles comme on les appelle, c'est des groupes composés uniquement de filles du même âge et même intérêts. On a l'orthophonie, on a encore un thérapeute formé dans les marionnettes.	On n'a pas de physiothérapeutes, ni d'ergothérapeutes dans le cadre interne de l'institution. Ils sont tous externes. Mais on a des infirmières et éducateurs. On travaille avec un psychiatre mais de nouveau venant de l'extérieur.
Processus de la thérapie équestre	Il y a comme je vous disais un bilan. On dit il y un élève, pour lui ça serait bien de faire la thérapie avec le cheval. Ensuite je le prends et on va pour la 1 <sup>ère</sup> fois au manège. On se rend dans le manège puis à partir de là comme on est dans un lieu publique et qu'en même temps que nous il y a des autres leçons, une des grandes étapes c'est leur apprendre comment se comporter dans ce lieu là. En plus dans les manèges il y a des règles un peu particulières où on n'ose pas se comporter n'importe comment. Puis ensuite il y a une étape d'approche des chevaux, une sorte de visite guidée des écuries, on leur apprend d'abord à les brosser, soigner. Ce n'est pas vraiment dans un ordre chronologique. On leur apprend aussi à utiliser le vocabulaire adéquat, que ça soit au niveau des figures ou du matériel, puis ensuite il y a une partie de monte libre, guidée ou à la longe. Il y a rebote à la fin une partie de rangement, de l'animal, brosse, cure des pieds, couverture puis nettoyage et rangement du matériel.	C'est personnel. Moi ma manière de procéder c'est la suivante ; tout d'abord la personne vient pour voir, pour se faire une idée du contexte de l'écurie, du lieu dans lequel ça se déroule, puis soit la personne se désiste ou soit elle s'engage. On fait une première série de 4 séances qui sont des séances d'observation, et au terme de ces 4 séances on fait un bilan. En fonction des critères physiques, psychiques, j'établis des objectifs. Ces objectifs sont bien sûr partagés avec la personne mise en scène et ses demandes à elle. Si la personne est partante, l'institution donne ensuite un mandat de 6 mois. Et après les 6 mois, on évalue par rapport aux objectifs et puis soit on continue pour encore 6 mois ou soit on arrête.
Compétences	Au niveau moteur, c'est ce qui est développé en tous cas pour tout le monde. C'est la coordination globale, la dissociation, la maîtrise de tous les mouvements, le sens tactile, ce qu'on appelle la cérébralité, c'est la réflexion de l'aspect mentale. Ce n'est pas que psychologique mais psychologique et relationnel sont	Le plan relationnel c'est évident, le plan physique c'est évident également, donc rééducation. Et aussi le plan psychologique donc image de soi, affirmation de soi. Bon ça ne veut pas dire que tous les plans vont être travaillé avec tous les cavaliers, c'est vraiment selon leur problématique qu'on met l'accent sur un plan plutôt

Compétences (suite)	ensemble, au niveau de la cérébralité il y a la compréhension des situations, la représentation mentale ; se faire une image mentale des figures qu'on on fait sur le manège. Donc s' il y a un rond à faire on l' imagine avant de le faire, la structuration spatiale c'est droite, gauche, derrière, piste intérieur... En fait toutes les notions de l'espace et le comportement attentif c'est indispensable par rapport aux autres personnes qu'il y a dans le manège. Ensuite ce que vous appelez relationnel et psychologique, chez nous, c'est ce qui est affectif. Puis là il y a l'adaptation aux règles, la capacité de s'adapter aux règles et la relation à soi, l'estime de soi, la confiance en soi et puis l'alternance du plaisir et de l'effort, puisque le plaisir c'est à cheval et l'effort c'est de nettoyer, curer, ranger... Il fait froid ça c'est les points globaux.	que sur un autre. Il y a des cavaliers qui n'ont aucune problématique physique mais uniquement relationnelle. Donc la relation à l'autre, difficulté à se faire entendre, à se faire respecter, donc là on va travailler uniquement sur le plan relationnel. On travaille par priorité.
Relations cavalier-cheval	Oui il y a différentes relations possibles. Il peut y avoir une relation de peur qui bloque, ça a un effet freinant. De l'autre côté quand il y a une extrême confiance et puis qu'il n'y a pas de peur de tomber, il y a une avance, une aisance qui fait qu'on avance plus rapidement. La peur fait qu'on tend les muscles. En tendant les muscles on donne des signaux au cheval qui peuvent être utilisés en équitation quand on attend quelque chose. Maintenant quand les jeunes ils viennent, ils ne le savent pas qu'ils donnent des signaux, ils serrent les jambes, ils plantent les talons. Pour le cheval cela veut dire en avant, et quand il avance ça fait encore plus peur, on se penche en avant. Et pour le cheval être penché en avant ça veut dire aller toujours plus vite donc c'est sûr que la crispation change la relation. Il y a aussi des jeunes qui aiment avoir une relation de domination. Ils aiment le fait de dominer, de maîtriser, mais c'est plus que maîtriser, le cheval il y a une forme de toute puissance. Vous êtes assis à 1 m70 d'altitude.	Nous on a l'écurie 7 chevaux qui ont un caractère et une particularité bien définie, ce n'est pas pour rien qu'on les a choisis, ce n'est pas pour rien qu'on les utilise. Ils ont tous une spécificité au niveau du caractère et du tempérament. Ensuite, par rapport à l'objectif et des besoins du cavalier, on va alors choisir un cheval plutôt qu'un autre. Alors il y a des critères purement de taille ; taille du cavalier par rapport à la taille du cheval. Donc pour des enfants on ne va pas prendre des chevaux trop grands. Et après il y a aussi des critères psychologiques. Si on veut travailler la réactivité ou la capacité d'adaptation de la personne par rapport à l'animal, on va justement utiliser un cheval plus réceptif qu'un autre. Donc c'est vraiment en fonction des objectifs de base. Pour une personne qui a de la peine à se faire entendre, à s'affirmer, on va utiliser un cheval avec qui il va falloir s'imposer plus pour se faire comprendre, un cheval qui donne moins de lui-même et qui oblige plus la personne à s'imposer. On utilise le cheval comme miroir des difficultés de la personne. Il faut prendre le cheval comme un outil qui révèle la personne à elle-même par notre intermédiaire.

	<p>Il y a des relations mieux adaptées mais en thérapie on est obligé de faire avec ce qu'il y a. Le travail c'est peut-être justement quand on a des élèves dominant qui veulent tout maîtriser c'est de les amener à se rendre compte qu'à travers le cheval on peut obtenir des choses en utilisant d'autres moyens que ceux qu'ils ont l'habitude d'utiliser. Je pense ce qui serait absolument intolérable c'est tout ce qui est de l'ordre de la violence, du mauvais traitement, dans un cas comme ça la thérapie ne peut pas continuer, ou voir trop intrusive ex ; un qui veut tout le temps aller voir au fond comment sont les dents, vous pouvez imaginer qu'une fois c'est intéressant mais quand ça se répète souvent... ! C'est quand même une thérapie où tout n'est pas permis et moi je suis très sensible à ça.</p>	<p>Donc ça dépend ce que l'on veut lui révéler.</p>
Compétences à long terme	<p>C'est notre espoir (<i>vivre</i>). Le but de la thérapie c'est qu'ils puissent transposer en tous cas les compétences acquises dans la vie courante, puis une bonne maîtrise de la peur à cheval. On peut imaginer que ça va faciliter une maîtrise de la peur dans d'autres situations, que le fait d'être attentif à cheval on espère que ça se reporte à l'école ou dans d'autres situations. Je ne peux pas l'affirmer parce que les enfants qui sont ici bénéficient de plusieurs thérapies et de beaucoup d'encadrement. Ca serait presque malhonnête de dire que ça serait que la thérapie avec le cheval, ça y contribue, j'en suis quasiment persuadée, sinon je ne le ferais pas, mais quand à le prouver, à mon avis c'est improuvable. Ce que je vois moi c'est des compétences qui se développent dans différents domaines, pas seulement à cheval. Sûrement un peu grâce au cheval et pas uniquement.</p>	<p>Nous notre travail c'est de faire de la thérapie équestre un lieu d'apprentissage. C'est-à-dire un lieu de mise en situation, mais pas uniquement. Le but c'est que les acquisitions et les expériences acquises dans ce milieu là peuvent être utilisées dans la vie de tous les jours. C'est à nous, les thérapeutes, de pouvoir amener le cavalier à faire le parallèle entre le relationnel découvert avec l'animal, pour l'élargir à son relationnel familial, social, scolaire. C'est sûr que eux-mêmes ils ne peuvent pas le faire. C'est vraiment nous qui devons amener la personne à réaliser que ce qu'elle a compris d'elle-même, qu'elle a développé en elle-même, peut être utilisé dans la vie de tous les jours. Parce que les difficultés qu'elle aura à se faire entendre avec le cheval, elle a certainement les mêmes difficultés dans la vie. Donc quand elle aura compris comment se faire entendre dans sa relation avec l'animal, elle arrivera aussi à réutiliser ce bagage pour son quotidien et ceci normalement à long terme. C'est du travail, ce n'est pas donné à tout le monde d'être thérapeute. Il faut savoir faire tous ces liens, ce n'est pas uniquement le plaisir et l'activité du moment. Pour donner un exemple, il y avait</p>

Compétences à long terme (suite)

		<p>un dame qui avait le bénéfice de 15 séances chez nous et qui était octroyé par l'aide des victimes d'abus. Cette femme de part ses origines était voilée. Elle ne pouvait pas sortir seule sans surveillance et était également abusée physiquement par le voisin de la maison. Elle venait aux leçons avec le voile jusqu'au jour, environ à la 8ème séance, où elle a pu réaliser que si elle pouvait prendre le risque de travailler avec un cheval en liberté et qu'elle avait la capacité de se faire respecter, qu'elle avait alors aussi la capacité d'affronter son père qui lui interdisait d'enlever le voile, qu'elle arriverait à lui faire face. Donc ça au niveau symbolique c'était vraiment fort. Un jour de voir cette femme qui portait le voile depuis... je ne sais pas, elle devait avoir 18-19 ans, et un jour elle a dit « bon, cette fois j'ai la force de vivre sans ça et j'ai la force de dire non à mon père. » Et ça c'est le parallèle qu'elle a pu faire entre la force qu'elle a pu avoir face à un animal de 150 kilos et la force mentale. C'est pas la force physique, c'est une capacité mentale qui lui a permis de dire « j'existe » et « si même un animal aussi puissant que ça me respecte, je dois être capable et je peux utiliser cette force. » Et ça c'est symboliquement la plus belle image. Le cheval représente le symbole de la puissance, en même temps la crainte, la dénomination, la soumission, et le cheval il gardera toujours son côté sauvage.</p>
Rôle de l'éducateur	<p>Je n'ai pas d'éducateur avec moi, il y a moi comme thérapeute. Je ne suis pas l'éducatrice titulaire de ces enfants alors que je les connais tous très bien et que je travaille au sein de l'institution. Je pense que c'est mieux par rapport au fait que c'est une thérapie. A mon avis l'éducateur n'a pas tellement sa place dans une thérapie. Le rôle du thérapeute encore une fois il dépend du programme qu'on établit pour chaque cas. Alors ce n'est peut-être pas un rôle aussi confidentiel qu'un psychothérapeute parce que notre thérapie est quelque part publique, ça se passe dans un lieu public,</p>	<p>Il est accompagnateur et plus porteur du cadre, assurer la régularité des leçons, l'engagement de la personne de manière hebdomadaire, et il sanctionne si la personne ne vient pas. Moi en tant que thérapeute équestre, même si je travaille dans l'institution, je ne sanctionne pas. J'informe de l'absence c'est tout. J'essaie de ne pas mélanger les 2 rôles. Moi c'est vraiment la fonction dans le cadre de la rééducation par l'éducation, et l'éducateur lui est plus garant du quotidien. Le thérapeute est le médiateur entre l'animal et le cavalier et va interpréter les images qui vont être révélées au</p>

Rôle de l'éducateur (suite)	<p>ça se passe en groupe. Je ramène les carnets scolaires par rapport à la thérapie avec le cheval, je fais des rapports de synthèse, c'est pour ça que je dis ce n'est pas aussi confidentiel que la thérapie verbale. Chez nous c'est vraiment sous le plan atelier. J'ai actuellement une stagiaire en formation pour la thérapie avec le cheval qui a de la peine parce que les autres lui font ce genre de remarques (ce n'est pas de la vraie thérapie). Chez nous pour certains, ça pourrait se rapprocher à du sport adapté. Mais le but n'est pas sportif il est thérapeutique premièrement.</p>	cavalier.
-----------------------------	---	-----------

Les variables	Entretien 3	Entretien 4
Population	Que les adultes, des jeunes et vieux adultes	C'est toutes des personnes handicapées mentales. Dans cette partie de l'atelier on accueille les Perce-neige, à partir de 18ans et jusqu'à la fin.
Problématique	Dépendances alcooliques, toxicomanes	Quand on dit mentale c'est-à-dire il y a un grand mélange, donc physique aussi. Il y a aussi des personnes avec des problématiques psychiatriques, c'est vraiment un grand mélange. C'est sûr que ça va d'un handicap très léger, des personnes qui vivent presque autonomes à des personnes incapables de l'être, voire la fin de vie.
Distance entre l'institution et le lieu de la thérapie équestre	Environ 10 km	Pas très loin, à deux village plus bas. Jusqu'à il y a peu au sein des ateliers de l'institution ils avaient aussi monté un cours de thérapie équestre, c'était des éducateurs, dont une thérapeute équestre qui avait monté ça à travers un manège.
Moyen de locomotion	Avec la voiture de l'institution	La voiture de l'institution.
Bénéficiaires de la thérapie équestre dans l'institution	Cela fait parti du module d'accueil. Effectivement tous les bénéficiaires sont tenus d'y participer sur en tous cas 6 semaines, qui sont obligatoires. Ensuite c'est selon la volonté de chacun. C'est englobé dans le module de l'accueil. C'est-à-dire que dans le module accueil il y a l'approche avec les chevaux, les groupes sur la dépendance avec les produits, la réinsertion sociale, les groupes de paroles et puis aux mêmes titres que tous ces groupes là, la thérapie est obligatoire durant ces 6 semaines.	C'est une seule personne de mon foyer en ce moment. C'est plutôt vu comme de la formation continue. C'est une formation qui est offerte à toutes les personnes handicapées. Il y a aussi de la poterie, Internet, Création de bijoux, etc. C'est vrai que ça coûte très très cher. La formation en continue est sponsorisée par différents mouvements, différentes associations. Ca lui coûte 160frs pour les 10 premières leçons.
Décision d'entreprendre une thérapie équestre	Comme on en a discuté avant c'est tous qui la pratiquent.	C'est lui-même, on met tout en place pour que ça marche, de toute façon c'est eux qui paient, mise à part éventuellement le transport qui est mis sur le compte loisir. Pour cette personne là en l'occurrence, c'est lui avec sa maman qui tout un coup a commencé cette

		<p>thérapie équestre avec le cheval. C'est elle qui payait aussi plein tarif, pas subventionnée.</p> <p>Mais il n'allait qu'une fois par mois. Mais bon comme c'est une personne assez renfermée sur elle-même, qui se réfugie vite dans sa chambre tout de suite, il participe peu à partager avec les autres. Puis un jour on en a discuté à travers cet organisme voir si ça l'intéressait de faire quelque chose, puis là il a choisi le cheval. Il a 40 ans et ça faisait 20 ans qu'il sortait qu'une fois par semaine, voir une fois chaque 2 semaines.</p>
Rencontre avec le cheval	<p>Alors c'est moi le bon moyen (<i>vire</i>). C'est moi qui suis garante de la bonne rencontre. C'est vrai qu'on n'en parle pas à l'avance. Les premières séances, je présente les chevaux, je leur demande s'ils connaissent les chevaux, quels sont leurs a priori et comment ils voient ces animaux là, qu'est-ce que ça représente pour eux. Ensuite, je leur explique en fonction de ce qu'ils m'ont répondu. Je reprends un petit peu sur la vie du cheval, comment il se comporte, quel type d'animal c'est. Après je leur explique comment on s'en occupe, c'est ce qui est important pour eux, pour qu'ils aient une bonne rencontre avec l'animal.</p>	<p>Ce n'est pas mon rôle en tant qu'éducateur, cela se passe avec la thérapeute équestre.</p>
Objectifs visés	<p>Pour moi les objectifs avant tout c'est par rapport aux émotions, c'est un travail sur les émotions. Mon objectif c'est de permettre aux gens de prendre contact avec eux-mêmes. Avec leur dimension créatrice, avec leur être.</p>	<p>Il n'y a pas vraiment d'objectif, vu que c'est compliqué comme un loisir, le but après tout c'est le bien être. Ce qu'on a remarqué avec notre résident, c'est que ça l'a ouvert en expérience culturelle, ça l'a ouvert à partager avec les autres. Ça l'a ouvert déjà, rien qu'à quitter cette institution de lui-même pour aller à un autre endroit. Personnellement je ne l'aurais jamais imaginé. Puis petit à petit cette ouverture se fait de plus en plus grande, on la ressent à d'autres moments. Par exemple avant quand on partait le soir pour aller manger dehors, il faisait des cris, il n'avait pas envie. Ça lui arrive peut-être toujours mais avec beaucoup moins de réactions. C'est vraiment une ouverture au monde.</p>

L'efficacité de la thérapie équestre par rapport aux autres thérapies	Je ne pense pas moins ou plus, elle est différente en tous cas. C'est-à-dire que toutes les autres thérapies, je dirais qu'elles s'adressent au dernier étage de notre être. Tout se passe dans la tête, même si on essaie de faire des liens entre émotions et intellect, on reste quand même beaucoup dans l'intellect. Et puis avec le cheval c'est justement une approche qui permet de ne pas passer par l'intellect. Moi je n'ai pas trouvé meilleur moyen pour mettre les gens en lien direct avec leurs émotions. Je ne peux pas faire comme si elles n'existaient pas. Ça me semble plus simple, puis ça s'ouvre à tout le monde, à moins vraiment d'avoir de l'antipathie énorme envers les chevaux. Et même ces gens qui se présentent avec une antipathie énorme envers les chevaux, finalement après quelques séances et bien ils ont plutôt envie d'y retourner. En général, tous les gens que j'ai, ils y retournent à chaque fois.	Je ne suis pas un thérapeute, je suis un éducateur. C'est difficile de dire que c'est plus ou moins, mais en l'occurrence pour cette personne c'est ce qui lui fallait. Je pense qu'une thérapie peut être agréable et fonctionner que si elle plaît à la personne qui la pratique. Avant tout, notre résident aime les chevaux. C'est sûr au départ son unique but c'était de monter à cheval, puis devenir un dieu, ce qu'il n'a jamais été. D'être sur le cheval c'est majestueux, je pense que ça lui fait du bien pour son ego, son estime et autre, mais avant tout il aime les chevaux. Avant il ne fallait pas lui parler d'aller nettoyer les chevaux. Le premier camp que j'ai fait, lui demander d'aller nettoyer le cheval pour le préparer ce n'était pas intéressant, et bien maintenant oui. Ça s'est passé à travers d'autres choses qu'on a mis en place, on lui acheté un cadeau d'anniversaire, c'est une mallette avec ses brosses personnelles à lui et tout ce qu'il faut pour nettoyer le cheval.
Autres thérapies utilisées dans l'institution	Il y a des entretiens individuels avec moi qui suis infirmière en psychiatrie, puis mes collègues qui sont plutôt animateurs et éducateurs. Après ça se passe surtout sur l'extérieur. Les gens consultent leur médecin généraliste, médecin psychiatre, psychothérapeute, et ça c'est délégué, ce n'est pas au sein même de l'institution.	Il n'y a pas vraiment de thérapies précises systématiques je dirais. Ils font un peu tout de ce qu'ils veulent, et aussi en fonction des éducateurs bien sûr. Chez nous la personne qui fait de la batterie ce n'est pas de la thérapie, mais ça été son rêve toute sa vie, puis il prend ses cours privées à l'extérieur. Ce sont des loisirs.
Processus de la thérapie équestre	On n'a pas vraiment de processus, c'est très individualisé. Je dirais quand même que la première étape commune au niveau pratique c'est : comment on prend soin d'un cheval, à quoi sert le pansage, on lui enlève la poussière mais eu même temps on le masse, rentrer dans son intimité. C'est un moment où on fait connaissance, c'est un moment où on commence déjà à se mettre en lien avec le cheval, dans l'écurie entrain de le brosser. Puis le cheval nous permet aussi de s'approcher de lui. C'est un peu comme quand on va chez un physiothérapeute ou un masseur, on se laisse	Je ne suis pas thérapeute. La première fois c'est sa maman qui l'a accompagné. Par la suite c'est nous qui l'avons accompagné, mais nous ne restons pas. J'ai tout le reste du groupe qui est ici tout seul, donc je ne peux pas rester, je suis obligé de revenir.



<p>Processus de la thérapie équestre (suite)</p>	<p>rapprocher dans son intimité. Donc comme c'est une telle intimité on doit y mettre du soin, on doit y mettre du sens. Ca c'est la 1<sup>ère</sup> étape.</p> <p>La 2<sup>ème</sup> étape c'est la valeur de notre gestuelle, de notre attitude, de notre comportement. On s'aperçoit souvent que les gens ont une multitude de gestes qui ne servent à rien, mais pour le cheval c'est très déstabilisant, parce que s'il y a un geste qui est porteur de sens au milieu de cinq autres qui n'ont pas de raisons d'être, le cheval ne sait plus ce qu'on lui demande. Du coup il s'en va, puis il fait ce qu'il a envie de faire. Donc on apprend à se poser comme ça et à prendre conscience de l'importance de nos gestes, de notre attitude générale. Ca veut dire qu'on arrive à guider en étant à côté, à marcher en se faisant respecter dans la distance qu'on a choisi de mettre entre soi et le cheval. Ils ne montent pas tout de suite sur le cheval. Et puis il y en a qui ne montent jamais. J'en ai des qui viennent avec moi depuis une année, et qui sont montés 2 fois. Cela veut dire qu'il y a beaucoup d'autres choses. Ils se rendent compte de la difficulté finalement qu'il y a d'être avec le cheval. C'est-à-dire qu'on ne le tire pas pour l'emmener quelque part mais on se déplace en étant ensemble. Pour se permettre ça, il faut réussir à affirmer sa bulle à soi, en se positionnant par rapport au cheval. C'est plus facile à se positionner par rapport à un cheval que dans la vie quotidienne dans nos relations. Je présente toujours en fait une autre activité comme un terrain d'expérimentation de la communication excellent, parce que il n'y a pas d'enjeu. Moi j'observe et j'essaie de ne pas analyser justement. Je vais plutôt observer sans forcément mettre de sens, mais peut-être quelqu'un qui va marcher de manière très aérienne, je vais lui demander comment est-ce qu'il se sent dans ses pieds quand il marche comme ça, comment il est dans ça démarche, comment il se sent lui, ou qu'est-ce que ça provoque chez lui quand il voit que le cheval va à droite alors que lui il aurait voulu qu'il aille à gauche, et à quoi ça le renvoi. C'est plein de petites choses</p>
--	--

Compétences	<p>comme ça, mais c'est énorme. C'est très passionnant.</p> <p>Psychologiquement je dirais qu'il y a l'affirmation de soi. Ça oblige les gens à se mettre en lien direct avec leurs besoins, et à les imposer. Sans que ça soit vraiment imposer, mais en les affirmant de manière à ce que ça coule, que ça soit évident. Si j'ai besoin de manger à midi, et bien je vais faire en sorte que je puisse manger à midi. C'est faire primer ses besoins en respectant les besoins du cheval (de l'autre), et c'est ramener les gens à un présent.</p> <p>Pour pouvoir s'imposer dans la vie, il faut déjà savoir ce qu'on veut, donc ça demande à déterminer à l'avance, à anticiper un peu ce dont on a besoin, qu'est-ce qui va me falloir. C'est mettre les pensées claires, et ne pas se laisser parasiter dans des pensées qui ne servent à rien sur le moment. C'est prendre aussi conscience de son corps.</p> <p>Souvent dans nos résidents qu'on a, le corps, on voit qu'il y a une enveloppe qui ne sert pas à grand-chose. Souvent une enveloppe qui n'est pas habitée, qui n'est pas respectée, qui n'est pas acceptée. C'est aussi un des moyens qu'on a, à mettre les gens en contact avec leur corps et à en prendre soin. C'est toujours des points forts en tout cas.</p> <p>Sur le plan relationnel, c'est la négociation, c'est apprendre à écouter les besoins de l'autre, apprendre à écouter mes besoins, et de voir comment est-ce qu'on peut se mettre sur un même plan pour que ça marche.</p>	<p>De part mes observations, physiquement je ne dirais pas que c'est énorme. Bien sûr ça permet de pouvoir se redresser et autre. Par contre alors psychique au niveau de l'estime de soi, la confiance en soi, la fierté, toutes ces choses là, je pense que c'est énorme. Notre résident quand il est sur son cheval c'est quelqu'un d'autre. C'est une personne hautement épileptique, des moments il nous en fait des grosses, parfois il est absent, mais sur un cheval jamais, jamais tombé, jamais de crise, une présence incroyable.</p> <p>Alors sur le plan relationnel c'est une personne qui se cloître, s'enferme. Et bien il s'est déjà ouvert à aller là bas avec d'autres gens. Par contre c'est sûr il connaissait le monsieur qui donne la thérapie équestre, le lieu. Mais tous les gens qui participent avec lui pas forcément. Après chaque fin de session de 10 séances, ils font un repas. Donc les trente premières fois il n'avait jamais mangé avec les autres personnes. Maintenant il mange avec eux, il discute avec eux, donc le cheval est devenu un moyen pour rentrer en communication avec d'autres gens.</p>
Relations cavalier-cheval	<p>Je dirais que dans un premier temps, il y a le résident qui est impressionné par la bête, par l'animal, par sa grosseur, son poids, sa façon de se bouger. C'est difficile de prendre position ne serait-ce qu'à côté, savoir comment on va s'en approcher, où il va bouger le pied, pourquoi il a bougé le pied ? Qu'est-ce qui se passe ? Est-ce que je lui ai fait mal ? Ensuite il y a l'engouement, parce que on voit que ça se passe bien, parce qu'on commence à se sentir en confiance. Puis on se laisse porter par l'animal, on s'abandonne, et c'est</p>	<p>Ca c'est évident. Il y en a des qui aime le cheval pour l'animal, le vivant, il y en a d'autres c'est uniquement un moyen bicyclette, on y monte dessus. Il y en a d'autres c'est les deux.</p>

Relations cavalier-cheval (suite)	l'évolution. Je pense que c'est un vrai travail pour les chevaux, ça c'est sûr. Je pense effectivement que tous les chevaux n'ont pas un caractère au départ à supporter ça. C'est-à-dire qu'ils épongent, le cheval éponge beaucoup d'angoisse. D'ailleurs il y a beaucoup de chevaux qui font de l'eczéma, mais pas tous il y a ceux qui ont tendance plutôt à se détacher, et là ça va demander au résident d'avoir vraiment une qualité de présence importante, pour garder l'attention du cheval à soi. On en a un autre de cheval qui est plein de volonté, qui veut faire plaisir, qui veut être bien, du coup c'est une véritable éponge, il absorbe tout, il cherche, je pense que c'est un animal avec qui on a un niveau de conscience égale.	
Compétences à long terme	Je pense que c'est quand même des petites graines qui sont semées, alors après est-ce qu'elles vont germer ou pas je ne sais pas. Il y en a qui germent, des qui germent plus vite que les autres, des qui ne germeront jamais.	Ah oui, ça j'en suis sûr, le cheval c'est un centre d'intérêt pour lui. Mais je pense vu qu'il a deux centres d'intérêt, les chevaux et les trains. Je pense que si on trouvait quelque chose autour des trains, dans ce style là, je pense qu'il y participerait aussi.
Rôle de l'éducateur	C'est le tuteur du cheval et du résident, c'est-à-dire que je sais que le cheval se repose aussi sur moi, et que selon ce que je vais mettre en place, il cherche mon accord à moi avant de faire quelque chose. On a une bonne alliance. Pour le résident forcément je suis là comme un tuteur sur lequel on peut se reposer, c'est moi qui suis censé avoir mis le cadre de la sécurité dans lequel peuvent se développer toutes ces choses sans risques, pour le cheval, sans risque pour le résident. C'est moi qui vais faire en sorte d'emmener le résident à faire cette introspection, à se mettre en contact avec.	-

Les Variables	Entretien 5	Entretien 6
Population	Nous accueillons des adultes entre 18 et 65 ans qui sont à l'AI.	Enfants
Problématique	Ce sont des personnes handicapées physiques (polyhandicapés) qui n'ont normalement pas de retard mental, mais il est difficile de vraiment le définir car on pense que l'handicap physique lourd amène un léger retard mental.	Avec difficultés sociales/familiales
Distance entre l'institution et le lieu de la thérapie équestre	5-10km	Plus de 15km
Moyen de locomotion	En bus adapté de l'institution.	En voiture
Bénéficiaires de la thérapie équestre dans l'institution	<p>En ce moment 3 personnes pratiquent régulièrement, et prochainement un autre résident va commencer. Leurs handicaps sont divers : 1) polyhandicapé IMC 2) tétraplégie avec spasticité et dystonie 3) hémiplégie 4) syndrome MC « cune-albright » (os très fragiles)</p> <p>On ne peut pas laisser ouvert à tous car c'est trop cher. On favorise les personnes qui ne peuvent pas aller en atelier. Nous faisons des demandes pour être financé, au loto suisse par exemple, pour pouvoir en faire plus souvent car il y a d'énormes progrès. En ce moment nous faisons la thérapie équestre à l'intervalle d'un mois et toujours 2 personnes à la fois. La leçon dure ¾ d'heure.</p>	<p>10 enfants, 1x par semaine</p> <p>La thérapie équestre n'est pas adaptée à tous, il y a également les allergies ainsi que manque de temps et de finance.</p>
Décision d'entreprendre une thérapie équestre	C'est à la demande du résident et à la disponibilité. Puis le médecin pour voir s'il n'y a pas de contre indication.	Proposition de l'éducateur de référence et du psychologue.
Rencontre avec le cheval	Nous privilégions la pratique et le concret. Nous faisons d'abord connaissance avec la thérapeute, puis avec le cheval en le baladant.	Approche progressive avec l'animal, mise en contact

Objectifs visés	L'exercice physique, maintien physique, passer un bon moment, sortir de l'institution, détente.	Développements des compétences ; motricité spatio-temporel
L'efficacité de la thérapie équestre par rapport aux autres thérapies	Non pas plus efficace. La thérapie dans la piscine c'est aussi très efficace. On ne considère pas la thérapie équestre comme une vraie thérapie. On l'utilise plus comme détente et plaisir. Je vais aussi à la piscine avec eux et finalement ils se détendent plus. Avec le cheval il faut plus de concentration car de part leur handicap physique lourd, ils ont parfois de la difficulté à monter à cheval car cela provoque parfois des douleurs. On teste différentes manières de les adapter au cheval et le surfet est le mieux. Nous n'utilisons pas de selle.	Aussi efficace ; elle touche la personne dans sa globalité.
Autres thérapies utilisées dans l'institution	Physiothérapie et ergothérapie	Psychothérapie, orthophonie
Processus de la thérapie équestre	Il n'y a pas de processus, on y va avec le feeling, il n'y a pas vraiment de démarche.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-prise de contact</li> <li>-travail avec tapis de selle</li> <li>-selle</li> <li>-selle + cordes</li> <li>-selle + rênes</li> <li>-conduite de l'attelage</li> </ul>
Compétences	Sur le plan relationnel, la confiance en l'animal est développée, ainsi que la confiance en soi. Une des résidentes avait d'abord très peur du cheval et au fil du temps c'est impressionnant comme elle a évolué dans ce domaine. Aller sur le cheval la valorise, elle en oublie son handicap. Elle est spastique donc la thérapie équestre la détend mais ça lui amène aussi de la crispation parfois car elle n'a pas toujours envie de venir et elle est tendue émotionnellement. Mais l'engagement doit être fait jusqu'au bout. On prend parfois 20 minutes avant qu'elle se décide à monter. C'est génial lorsque tout va bien dans sa tête, ça donne des scènes magnifiques ! Tous sont valorisés lors de la thérapie équestre. Il n'y a pas vraiment de développement physique mais plus du maintien qui	<p>Le plan relationnel : contact avec l'animal, avec les gens, avec les autres enfants</p> <p>Le plan psychologique : connaissance de soi, confiance</p> <p>Le plan physique : motricité, doser la force, apprendre à se poser</p>

	est très important.  S'ils ne peuvent pas monter il existe d'autres formes d'approches pour entrer en contact avec l'animal ; le préparer comme le brosser, curer les pieds, tenir le cheval et le promener. Il y a une certaine fierté de se dire qu'ils dirigent « quelqu'un ».	
Relations cavalier-cheval	Il y a une relation de confiance qui s'instaure au fil du temps. Le cheval est impressionnant donc il y a de l'appréhension, cependant lorsqu'on le connaît, la confiance s'installe. Le cheval est l'animal le plus impressionnant et imposant. Il suffit de faire connaissance avec lui pour se rendre compte que finalement il est doux, et demande à être dorloté ! (Chevaux adaptés bien- sûr). Les résidents apprennent qu'il faut respecter l'animal comme le matériel (chaise roulante).	Collaboration - s'imposer - subir
Compétences à long terme	Oui, bien-sûr. Le résident qui connaissait déjà le cheval depuis plus petit ça l'a aidé. Sinon on n'aurait pas osé le mettre sur cheval. Et pour les autres aussi, ce qui est acquis est acquis.	Oui, la motricité acquise va rester
Rôle de l'éducateur	La mise en confiance. S'il n'y a pas de confiance avec le thérapeute on va pas loin. L'éducateur aide à la mise en confiance entre les partis. Aussi avoir une certaine compassion et empathie.	Appui et collaboration